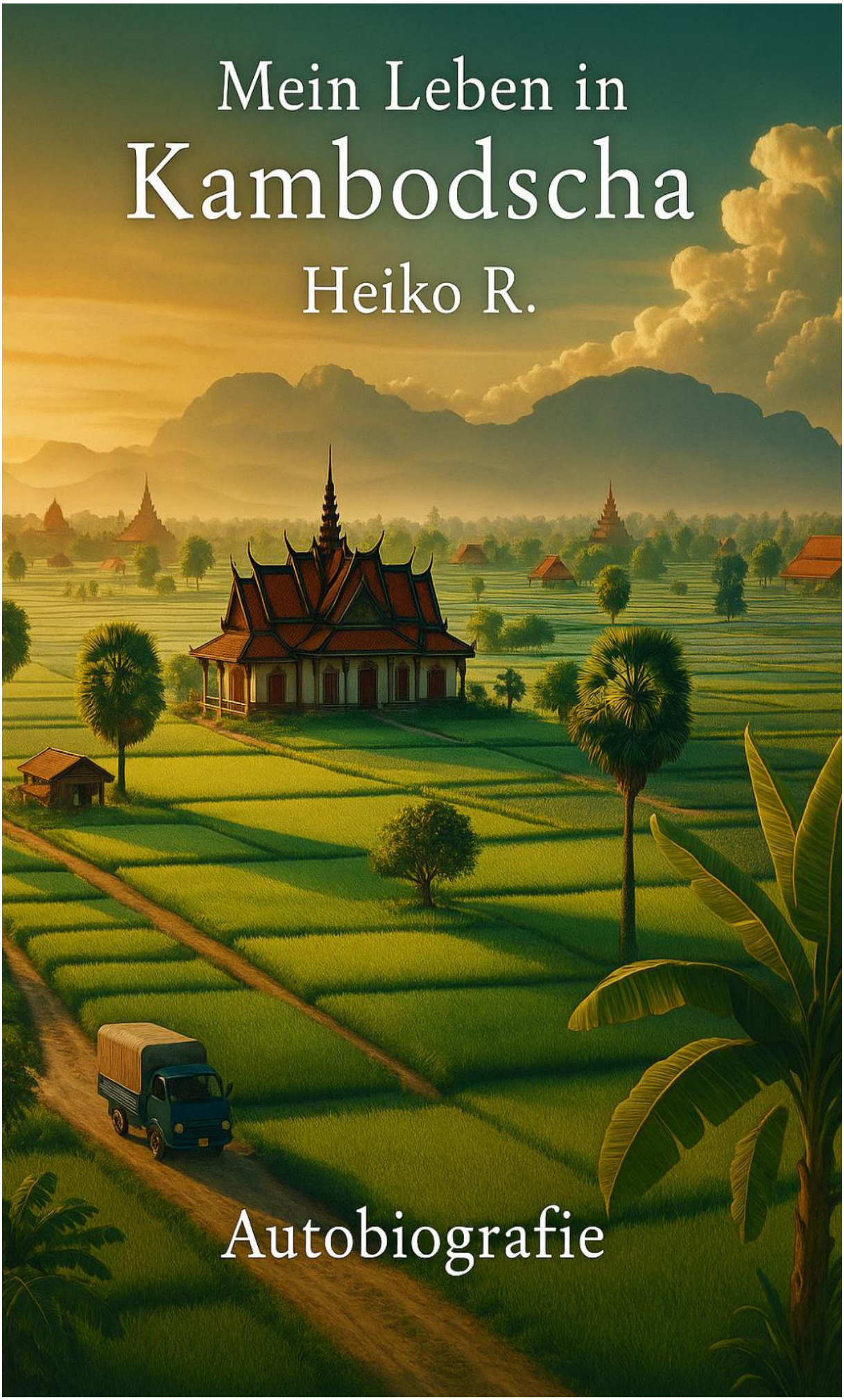

Mein Leben in
Kambodscha
Heiko R.
Autobiografie

Mein Leben in Kambodscha

Heiko R.

Vorwort

Als ich im Februar 2007 zum ersten Mal kambodschanischen Boden betrat, hätte ich mir in meinen kühnsten Träumen nicht ausmalen können, dass dieser Ort einmal mehr als nur ein flüchtiges Reiseziel für mich sein würde. Niemals hätte ich gedacht, dass dieses ferne Land in Südostasien zu meiner wahren Heimat werden würde, ein Ankerpunkt für meine Seele.

Mein Name ist Heiko, und was Sie nun in den Händen halten, ist die aufrichtige und ungeschminkte Geschichte meines Lebens in diesem faszinierenden Land – eine Chronik, die von tiefen Höhen und schmerzhaften Tiefen erzählt, von unerwarteten Wendungen des Schicksals, geschäftlichen Erfolgen, die ich mit Stolz feiern durfte, und persönlichen Verlusten, die mein Herz schwer gemacht haben.

Vor allem aber ist es eine zutiefst persönliche Erzählung meiner Liebe zu einem Land und seinen Menschen, die so grundlegend anders und doch so wunderbar bereichernd sind im Vergleich zu meiner deutschen Heimat.

Für wen ich dieses Buch geschrieben habe

Dieses Buch richtet sich an all jene, die mit dem Gedanken spielen, ihr bisheriges Leben hinter sich zu lassen und in der Ferne einen mutigen Neuanfang zu wagen. Vielleicht sitzen Sie gerade an Ihrem Schreibtisch, die Gedanken schweifen in die Ferne, während Sie durch verheißungsvolle Reiseprospekte blättern oder sich im endlosen Netz des Internets verlieren. Vielleicht stellen Sie sich die aufregende Frage, wie es wohl wäre, nicht nur zu reisen, sondern tatsächlich in einem anderen Land zu leben, zu atmen und zu gedeihen.

Ich möchte Ihnen keine unrealistischen Träumereien vorspiegeln, keine rosaroten Illusionen von einem Leben unter Palmen ohne jegliche Schattenseiten. Stattdessen biete ich Ihnen einen ehrlichen, schonungslosen Einblick in die komplexe Realität eines Auswandererlebens – mit all seinen Glanzlichtern und seinen ungemütlichen Ecken.

Ein ehrlicher Reisebericht für Neugierige

Doch auch wenn Sie nicht planen, Koffer zu packen und in die Ferne zu ziehen, sondern einfach nur eine tiefe Neugier verspüren, wie das Leben in einem Land wie Kambodscha wirklich aussieht – wenn man nicht nur als Tourist für ein paar sorglose Wochen verweilt, sondern sich dort niederlässt, Wurzeln schlägt und zu einem integralen Teil der Gesellschaft wird –, dann sind Sie hier genau richtig.

Ich verspreche Ihnen keine romantisierte Hochglanzversion des Auswandererlebens, wie man sie vielleicht aus kitschigen Filmen, verklärenden Reiseberichten oder den idealisierten Darstellungen in sozialen Medien kennt.

Die Realität ist oft vielschichtiger, manchmal auch härter und steiniger, als man es sich in seinen kühnsten Vorstellungen ausmalt. Doch ich kann Ihnen auch versichern, dass das Leben in der Fremde oft eine Erfüllung birgt, die man sich in den eigenen vier Wänden niemals hätte erträumen können.

Was Sie erwartet

Dieses Buch ist kein klassischer Ratgeber. Es ist eine persönliche Erzählung – ehrlich, ungeschönt, manchmal schmerzhaft, oft berührend, gelegentlich komisch. Es erzählt von der Suche nach Freiheit, vom Ankommen in einer fremden Kultur, vom Auf und Ab eines Lebens, das man nicht planen kann. Es erzählt von Träumen, die Wirklichkeit wurden, und von Illusionen, die zerplatzten. Und es erzählt von einem Menschen, der irgendwann nicht mehr Gast in einem Land war, sondern ein Teil davon wurde.

Kapitel 1: Der Beginn eines Abenteuers – Ein Ruf aus der Ferne

Es war im Februar des Jahres 2007, als meine Füße zum allerersten Mal kambodschanischen Boden betraten. Ursprünglich war dieser Trip gar nicht als ein großer, lebensverändernder Abschnitt gedacht. Ich befand mich auf einer rein pragmatischen Reise von Thailand aus nach Kambodscha, um lediglich mein Visum zu verlängern. Thailand war mir zu dieser Zeit bereits vertraut; ich hatte das Land schon mehrfach besucht und seine reiche, lebendige Kultur, das köstliche, duftende Essen und die warmherzigen, lächelnden Menschen tief in mein Herz geschlossen. Kambodscha hingegen war für mich völliges Neuland, ein weißer Fleck auf meiner persönlichen Landkarte. Ich hatte zwar schon viel über die traurige Geschichte und die Widerstandsfähigkeit des Landes gehört, aber es nie zuvor selbst erlebt.

Mein erstes Ziel war Sihanoukville, eine kleine, noch unberührte Küstenstadt, die malerisch am Golf von Thailand liegt. Was als kurzer Abstecher gedacht war, um die bürokratischen Notwendigkeiten zu erledigen, entwickelte sich zu einem unerwarteten Wendepunkt in meinem Leben. Ich hätte niemals geahnt, dass dieser scheinbar unscheinbare Ort mein Leben so nachhaltig und unwiderruflich verändern würde.

Vom ersten Moment an, als ich den Fuß auf kambodschanischen Boden setzte, spürte ich eine besondere, fast magische Verbindung zu diesem Land. Es war ein Gefühl, das sich nur schwer in Worte fassen lässt. Es war, als ob mich Kambodscha mit offenen Armen empfangen würde, als hätte es nur auf mich gewartet.

Sihanoukville war damals noch weit entfernt von dem überlaufenen touristischen Hotspot, der es in den folgenden Jahren werden sollte. Die Stadt hatte etwas Ursprüngliches, etwas Authentisches und Unverfälschtes, das mich sofort in seinen Bann zog. Es gab keine riesigen Hotelketten, keine überfüllten Strände, keinen Massentourismus. Stattdessen fand ich einfache, aber charmante Unterkünfte, gemütliche Restaurants mit lokaler Küche und eine entspannte, beinahe zeitlose Atmosphäre, die zum Verweilen einlud.

Die Strände mit ihrem weißen Sand, der sich endlos am türkisfarbenen Meer entlangzog, die friedliche Stimmung in der Stadt und die Freundlichkeit der Einheimischen – all das ließ mich nicht mehr los. Ich fühlte mich vom ersten Augenblick an wohl und willkommen, als wäre ich nach Hause gekommen.

Und dann war da noch dieses Gefühl von Freiheit und unbegrenzten Möglichkeiten. Anders als im stark regulierten Europa oder im touristisch erschlossenen Thailand schien hier alles möglich zu sein, wenn man nur den Mut, den Willen und die Entschlossenheit hatte, es anzupacken. Es gab keine festgefahrenen Strukturen, keine starren Regeln. Hier konnte man Träume verwirklichen.

In dieser Euphorie, getrieben von Abenteuerlust und dem Wunsch nach einem Neuanfang, traf ich eine Entscheidung, die mein Leben für immer verändern sollte: Ich mietete ein Gästehaus, das sich noch im Bau befand. Seine Fertigstellung war für Oktober geplant.

Zurück in Italien, wo ich damals lebte und arbeitete, kündigte ich meinen Job. Das war keine leichte Entscheidung. Ich hatte 13 Jahre in der internationalen Hotellerie gearbeitet, mir einen Namen gemacht, ein gutes Gehalt und ein sicheres Leben. Doch all das verlor an Bedeutung. Die Sehnsucht nach einem neuen Leben war stärker.

Die sechsmonatige Kündigungsfrist gab mir Zeit, meine Angelegenheiten zu regeln und mich auf diesen Schritt vorzubereiten. Es waren intensive Monate, geprägt von Abschiedsschmerz, Vorfreude und Zweifeln.

Im Oktober 2007, pünktlich zur Eröffnung des Gästehauses, landete ich mit zwei Koffern in Kambodscha. Ich war bereit für das Abenteuer.

Mein Studium im Hotelmanagement und meine Erfahrung gaben mir das nötige Wissen und Selbstvertrauen. Aber ich wusste, dass mich in Kambodscha eine ganz andere Art von Herausforderung erwartete.

Ein Gästehaus in einem Entwicklungsland zu führen war etwas völlig anderes als ein Hotel in Europa.

Die ersten Wochen in Sihanoukville waren ein intensiver Lernprozess. Ich musste mit sprachlichen Barrieren umgehen, lokale Behörden verstehen, Personal einstellen und vieles improvisieren. Jeden Tag lernte ich etwas Neues.

Was mir half, war meine Offenheit gegenüber der Kultur und meine Bereitschaft zu lernen. Ich zwang niemandem meine Vorstellungen auf, sondern suchte nach einem Weg, der für Gäste und Mitarbeitende gleichermaßen funktionierte.

So begann mein Leben in Kambodscha – ein mutiger Sprung ins kalte Wasser, ohne Netz, aber mit dem festen Willen, zu schwimmen..

Kapitel 2: Das erste Gästehaus – Eine Oase in der Ferne: Das Max Guesthouse

Im Oktober 2007 war es soweit: Das Max Guesthouse öffnete seine Türen. Nach Monaten der Vorbereitung war es ein unbeschreibliches Gefühl, die ersten Gäste willkommen zu heißen. Ein Gefühl von Stolz und tiefer Zufriedenheit erfüllte mich.

Die Lage war ideal: eine kleine, ruhige Seitenstraße, die zu einem der schönsten Strände von Sihanoukville führte. Nicht direkt im Zentrum, aber nah genug an allem Wichtigen – und vor allem nah am Meer.

Das Gästehaus war einfach, aber sauber und gemütlich. Es bot alles, was Reisende brauchten: bequeme Betten, Ventilatoren, eigene Badezimmer, eine kleine Rezeption, einen Gemeinschaftsbereich und eine Terrasse zum Entspannen und Reden.

Meine Idee war es, ein Stück Deutschland in Kambodscha zu schaffen – ein Ort, der nicht nur Unterkunft bot, sondern auch deutsches Frühstück und Küche. In einer Zeit, in der es in Sihanoukville kaum Hotels gab und fast alles auf Backpacker ausgerichtet war, war das eine Besonderheit. Es sprach besonders deutsche und österreichische Touristen an, die etwas Vertrautes suchten.

Die Nachricht verbreitete sich schnell. "Bei Max gibt’s kaltes Bier, gute Musik und große Portionen" – das sprach sich herum. Besonders Langzeiturlauber, die der Kälte Europas entfliehen wollten, freuten sich über Gerichte wie Schweinebraten oder Kartoffelsalat. Es war ein Stück Heimat unter Palmen.

Das Frühstück wurde schnell zu unserem Markenzeichen. Während andere nur Toast und Instantkaffee anboten, servierten wir Brötchen vom deutschen Bäcker, Wurst, Käse, Eier und selbstgemachte Marmelade. Die Gäste liebten es.

Die Arbeit war intensiv. Ich war Gastgeber, Rezeptionist, Koch, Barkeeper, Touristenführer und Seelsorger in einem. Die Tage begannen früh mit Frühstücksvorbereitungen und endeten oft spät an der Bar mit Gesprächen und Geschichten aus aller Welt. Es war anstrengend, aber erfüllend.

Eine große Herausforderung war das Personal. Die meisten hatten keine Erfahrung in der Gastronomie. Es gab keine Ausbildung, keine Standards. Ich musste alles beibringen – von Hygiene bis Serviceverhalten, sogar deutsche Rezepte. Es war oft mühsam, aber auch schön zu sehen, wie meine Mitarbeiter dazulernten und stolz auf ihre Fortschritte waren.

Ein besonderer Moment war, als meine Köchin zum ersten Mal allein einen Schweinebraten mit Knödeln und Rotkohl hinbekam. Die Gäste waren begeistert, sie strahlte vor Stolz – und ich wusste, dass sich die Geduld gelohnt hatte.

Neben der Arbeit im Gästehaus musste ich mich auch mit den Behörden auseinandersetzen. Das Visum, Geschäftslizenzen, lokale Regeln – vieles war undurchsichtig, oft mit zusätzlichen "Bearbeitungsgebühren", die nicht offiziell waren, aber zum Alltag gehörten.

Trotz aller Herausforderungen war das erste Jahr im Max Guesthouse eine Zeit des Lernens und des Wachsens. Immer mehr Gäste kamen, viele blieben länger oder kamen wieder. Ich wurde Teil der Gemeinschaft, fühlte mich angekommen – an einem Ort, der mich forderte und gleichzeitig erfüllte.

Kapitel 3: Die Träume und die Beach Bar – Eine Lektion am Meer

Getrieben von einer romantischen Vorstellung vom Leben am Meer, mietete ich eine kleine Bar direkt am Strand. In meiner Vorstellung sah mein Alltag so aus: morgens den Sonnenaufgang beobachten, dazu eine Tasse Kaffee, tagsüber entspannte Gäste mit Kokosnüssen und Cocktails bedienen, abends bei Musik den Sonnenuntergang genießen.

Die Realität sah anders aus. In den ersten zwei Wochen genoss ich tatsächlich jeden Sonnenaufgang, die Farben, das Rauschen der Wellen – es war magisch. Aber schon bald merkte ich: Dieses ruhige Strandleben passte nicht zu mir. Ich bin jemand, der aktiv ist, gestalten will, ständig neue Herausforderungen sucht. Der Tagesablauf am Strand wurde mir schnell zu monoton.

Besonders die Abende, wenn eine bunte Mischung aus Aussteigern, Backpackern und Partygängern auftauchte, fühlten sich fremd an. Es war nicht meine Welt – laute Musik, viel Alkohol, oberflächliche Gespräche. Ich spürte, dass ich hier nicht wirklich hineinpasste.

Nach nur vier Wochen traf ich eine Entscheidung: Ich vermietete die Bar an zwei junge Engländer. Damit konnte ich mich wieder auf das konzentrieren, was mir wirklich lag – mein Gästehaus.

Diese Erfahrung lehrte mich viel. Nicht jeder Traum passt zu einem. Manchmal muss man sich eingestehen, dass die Realität nicht der Vorstellung entspricht. Wichtig ist, ehrlich zu sich selbst zu sein und das zu tun, was wirklich zu einem passt.

Kapitel 4: Das Savory Hotel – Mein Schritt in die nächste Liga

Nach fast zwei Jahren im Max Guesthouse war ich an einem Punkt, an dem ich spürte: Ich will mehr. Nicht im Sinne von Reichtum oder Luxus – aber ich wollte professioneller arbeiten, strukturierter, vielleicht auch ein Stück „erwachsener“. Ich hatte gemerkt, wie sehr mir Organisation, Qualität und echtes Gastgebersein lagen. Ich wollte herausfinden, wie weit ich das in einem größeren Rahmen umsetzen konnte.

Durch einen Bekannten hörte ich von einem leerstehenden Hotel in der Stadtmitte von Sihanoukville. 18 Zimmer, ein kleiner Pool, ein vernachlässigter Biergarten – das Ganze wirkte auf den ersten Blick wenig einladend. Aber ich sah sofort das Potenzial.

Die Lage war unschlagbar: In Laufnähe zum Markt, zum Busbahnhof, nur zehn Minuten zum Strand. Viele Reisende kamen hier an und suchten eine Unterkunft. Ich wusste: Wenn ich aus diesem Ort wieder ein Zuhause mache, wird das funktionieren.

Ich verhandelte mit der Eigentümerin, bekam den Zuschlag für einen zunächst einjährigen Pachtvertrag – mit der Option auf Verlängerung. Ich wusste, das war riskant. Aber ich war entschlossen.

Der Umbau

Die erste Zeit war eine Baustelle. Ich ließ das Dach abdichten, streichen, alle Zimmer reinigen, neue Matratzen kaufen, Vorhänge nähen. Ich baute die Küche um, stellte neue Mitarbeiter ein, brachte Ordnung in das Chaos.

In den ersten drei Monaten schlief ich kaum. Ich kümmerte mich tagsüber um Handwerker, Gäste, Lieferanten, Einkauf, und saß nachts an der Rezeption oder kochte selbst.

Ich lernte in dieser Zeit mehr über kambodschanische Bauweise, kaputte Rohre, Termitenbefall und Stromausfälle als in meinem ganzen Leben zuvor.

Aber ich spürte: Das ist meins. Ich baue hier gerade etwas auf, das meinen Stempel trägt.

Der Betrieb läuft

Als das Hotel schließlich öffnete, kamen die Gäste schnell. Es sprach sich herum: „Da gibt's einen Deutschen, der macht richtiges Frühstück", „Da ist alles sauber", „Der kümmert sich um alles".

Ich bot nicht nur Zimmer – ich bot Orientierung. Ich half bei der Weiterreise, gab Tipps, war Vermittler zwischen Kulturen. Manchmal setzte ich mich zu den Gästen in den Biergarten und erzählte Geschichten aus meinem früheren Leben in Europa – oder hörte einfach zu, wenn jemand nach zwei Monaten Indienreise mal wieder in ganzen Sätzen Deutsch sprechen wollte.

Einmal kam eine Familie aus Österreich mit drei Kindern. Die Mutter war völlig erschöpft, das Baby schrie, das Gepäck war verloren gegangen. Ich brachte ihnen Wasser, Spielzeug aus meiner Kiste hinter der Rezeption, organisierte Windeln bei einer Freundin – und kochte abends etwas Mildes für die Kinder. Zwei Jahre später kamen sie wieder – extra wegen mir.

Ein Ort mit Seele

Das Savory Hotel war mehr als ein Hotel. Es war ein Ort, an dem Menschen durchatmen konnten. Und es war mein ganz persönliches Projekt. Ich liebte die Mischung aus Struktur und Spontaneität, aus Planung und Chaos. Ich war Hotelier, Handwerker, Seelsorger, Koch, Gärtner, Taxifahrer und Geschichtenerzähler – alles in einer Person.

Kapitel 5: Charlie – Der kleine König im Savory Hotel

Charlie kam zu mir, als ich mitten in den Renovierungen des Savory Hotels steckte. Ich hatte ihn auf einem kleinen Markt am Stadtrand entdeckt, angebunden an einen viel zu kurzen Strick, umgeben von Lärm, Hitze und Touristen mit Handykameras. Er war winzig, vielleicht ein Jahr alt, ein junger Makak mit hellbraunem Fell und wachen, klugen Augen. Er sah mich an – nicht flehend, nicht ängstlich, sondern neugierig. Als würde er mich fragen: „Und? Willst du mich mitnehmen oder nicht?“

Ich wusste im selben Moment: Dieser kleine Kerl gehört zu mir.

Ein neues Leben

Charlie gewöhnte sich schnell an sein neues Zuhause – vielleicht sogar schneller als ich. Im Savory Hotel bekam er sein eigenes Eckchen auf der Terrasse, eine Bambusplattform mit Seilen und alten Sofakissen, aber natürlich hielt er sich nie lange dort auf. Viel lieber saß er auf der Rezeptionstheke, direkt neben dem Telefon, und schaute den Gästen beim Einchecken zu. Er verstand sofort, wer freundlich war – und wer nicht. Wenn jemand laut wurde, verzog er sich. Wenn jemand lachte, kam er näher.

Am Anfang war ich noch vorsichtig. Ich kannte seine Launen nicht, wusste nicht, wie er auf fremde Menschen reagieren würde. Aber Charlie war, ganz anders als erwartet, charmant, sozial und sensibel. Er wusste genau, wann er besser verschwand – und wann er die Bühne betrat.

Ein Star zum Anfassen

Die Gäste liebten ihn. Vor allem Kinder und ältere Reisende, die selbst Enkel zu Hause hatten, saßen oft lange auf der Terrasse und warfen ihm Erdnüsse oder Obststücke zu. Charlie konnte mit einem Strohhalm trinken, mit einer Sonnenbrille spielen und mit dem Schwanz auf die Tischplatte klopfen, wenn er ungeduldig wurde. Er liebte Bananen – aber nur reife, nie grüne. Und er hasste es, wenn man ihn wie ein Baby behandelte.

Einmal legte er sich mitten am Tag in das frisch gemachte Bett von Zimmer 3, streckte alle Viere von sich und schlief einfach ein. Als die französische Touristin das Zimmer betrat, schrie sie erst vor Schreck – dann musste sie lachen. Sie machte ein Foto, schickte es an ihre Familie und ließ Charlie bis zum Abend dort liegen. „Er sieht müder aus als ich“, sagte sie und brachte ihm später ein Stück Mango mit.

Charlie auf Tour

Seine größte Leidenschaft war das Motorradfahren. Sobald ich meinen kleinen Roller startete, sprang er auf den Sitz, klammerte sich an meinen Rücken und quietschte vor Vorfreude. Ich bekam sogar einen kleinen Helm für ihn – nicht weil er ihn mochte, sondern weil die Gäste es urkomisch fanden.

Wir fuhren morgens zusammen auf den Markt. Während ich mit den Händlern verhandelte, saß Charlie mit einer Banane auf dem Gepäckträger und beobachtete das Treiben. Manchmal stahl er kleinen Kindern das Obst aus der Hand – aber immer so geschickt, dass sie selbst lachen mussten.

Er war der heimliche Bürgermeister von Sihanoukville.

Nicht immer einfach

Charlie war ein echtes Familienmitglied – aber nicht immer ein einfacher Mitbewohner. Er hatte seine Tage. Wenn er eifersüchtig wurde, riss er Servietten in Stücke oder stahl Feuerzeuge. Manchmal biss er in Schuhe oder versteckte Hausschlüssel. Einmal kletterte er auf das Dach und war zwei Tage verschwunden. Ich suchte ihn überall – und fand ihn schließlich schlafend im Lagerraum, eingekuschelt zwischen Handtüchern und einer Packung Kekse, die er halb aufgefressen hatte.

Er wusste genau, dass ich wütend war – und setzte sein unschuldigstes Gesicht auf. Ich konnte ihm nie lange böse sein.

Mehr als ein Tier

Charlie war mehr als ein Affe. Er war Seelentröster, Eisbrecher, Alleinunterhalter. Wenn Gäste Streit hatten, setzte er sich einfach dazwischen. Wenn ich müde war, legte er sich still neben mich. Wenn ich frustriert war, brachte er mich mit seiner Clownerie wieder zum Lachen.

Er war Teil meines Alltags – und Teil meiner Identität als Gastgeber. Jeder, der das Savory Hotel besuchte, erinnerte sich an ihn. Es gab kaum ein Gästebuch, in dem nicht mindestens ein Eintrag mit „Grüße an Charlie!“ stand. Manche Gäste schickten Monate später Postkarten – nicht an mich, sondern an ihn.

Ein stiller Lehrer

Manchmal dachte ich: Vielleicht hat er mich mehr gelehrt als ich ihn. Geduld. Spontaneität. Neugier. Und vor allem: Dass man Menschen oft nicht mit Worten erreicht, sondern mit Haltung.

Wenn ich ihn anschaute, sah ich nicht einfach ein Tier – ich sah einen kleinen Geist, der auf seine Art verstand, was Leben bedeutet: beobachten, neugierig bleiben, verbunden sein.

Kapitel 6: Ein Scherbenhaufen – Die Kündigung und der bittere Abschied vom Savory

Die besten Geschichten beginnen oft mit einem Knall – diese hier endete mit einem.

Es war ein brütend heißer Tag im März. Ich saß gerade mit einem Stammgast aus Hamburg im schattigen Innenhof, wir tranken Kaffee, Charlie döste auf dem kleinen Mauervorsprung, als ein Bote einen offiziellen Brief überreichte. Gelbes Papier, roter Stempel. Ich wusste schon beim ersten Blick: Das ist nichts Gutes.

Der Pachtvertrag würde nicht verlängert. Keine Gründe. Kein Gespräch. Kein Danke. Einfach nur: In 30 Tagen war Schluss.

Ein harter Schlag

Ich kann mich noch genau an mein Gefühl erinnern. Nicht Wut. Nicht Panik. Nur eine dumpfe, körperlich spürbare Leere. Ich hatte dieses Hotel mit meinen eigenen Händen aufgebaut – alles war durchdacht, mit Liebe eingerichtet, mit Erinnerungen gefüllt. Und plötzlich wurde mir das Fundament unter den Füßen weggezogen.

Die Besitzerin hatte gesehen, wie gut das Savory lief. Jeden Monat stiegen die Buchungen, die Bewertungen waren hervorragend, das Restaurant füllte sich. Und sie wollte das alles offenbar selbst übernehmen. Oder teurer neu verpachten. Oder irgendetwas anderes – egal. Ich war raus.

Und das ohne jedes Recht auf Einspruch. Kein Mieterschutz, keine deutsche Bürokratie. Nur das Gesetz der Stärkeren – oder der Gierigen.

Die letzten 30 Tage

Ich war nie jemand, der laut schimpft oder Türen knallt. Aber innerlich war ich wütend. Enttäuscht. Und traurig. Ich ging jeden Raum ab, berührte die Möbel, schaute in die Gesichter meiner Angestellten, die nicht wussten, ob sie weiter bei mir arbeiten konnten. Charlie spürte, dass etwas nicht stimmte. Er war in diesen Tagen besonders still. Lag oft auf meinem Schreibtisch und sah mir einfach zu, wie ich packte.

Ich kündigte den Gästen höflich, organisierte Rückerstattungen, sprach mit anderen Hotels, vermittelte Stammkunden weiter. Und ich versuchte, Haltung zu bewahren – wie ein Kapitän, der sein Schiff verlässt, aber nicht untergeht.

Ein Abschied mit Tränen

Am letzten Abend veranstaltete ich ein kleines Abschiedsfest im Hof. Ich kochte selbst: Gulasch mit Klößen, ein Kartoffelsalat wie von meiner Mutter, Bier vom Fass. Viele Gäste kamen, ehemalige Mitarbeiter, Bekannte, sogar einige Nachbarn, die ich gar nicht so gut kannte.

Wir lachten. Wir tranken. Und irgendwann sangen wir. Charlie saß wie ein kleiner König auf dem Tresen, mit einem roten Seidenschal um den Hals, den ihm eine Stammkundin aus Thailand geschenkt hatte.

Ich hielt eine kleine Rede. Keine große Show. Nur ein paar Sätze:

„Danke, dass ihr da wart. Danke, dass ich das hier erleben durfte. Ich weiß noch nicht, wie es weitergeht – aber es geht weiter. Und ich werde wieder etwas aufbauen."

Was bleibt

In der Nacht danach ging ich allein durchs leere Hotel. Ohne Gäste, ohne Licht, ohne Geräusche. Ich hörte nur das Summen der Ventilatoren und irgendwo draußen das Knattern eines alten Mopeds.

Ich nahm ein Stück Kreide und schrieb an die Wand im Personalraum:

„Hier hat einmal jemand geglaubt, dass man mit Herz ein Zuhause schaffen kann. Und er hatte recht."

Dann schloss ich die Tür. Für immer.

Kapitel 7: Max & Moritz – Der Neustart mit Krokodilen

Nach dem bitteren Abschied vom Savory Hotel war ich leer.

Ich hatte alles verloren: Zimmer, Küche, Gäste – und auch ein Stück von mir selbst.

Aber wie so oft in meinem Leben kam es ganz anders als geplant.

Ich fuhr mit Charlie im Gepäck durch Sihanoukville, auf der Suche nach einem neuen Ort, einer neuen Idee. Die Stadt veränderte sich – mehr Baustellen, mehr Chinesen, mehr Unruhe. Ich wollte raus. Mehr Natur, mehr Ruhe, weniger Stress. Irgendwo, wo ich wieder etwas Eigenes aufbauen konnte.

Und dann fand ich es: ein altes Grundstück etwas außerhalb. Zwei einfache Bungalows, ein großer Garten, ein kleiner Flusslauf dahinter. Nichts Besonderes. Aber ich sah sofort: Hier kann etwas wachsen.

Zwei neue Namen

Ich nannte die beiden Häuser „Max“ und „Moritz“ – wie die Lausbuben aus Wilhelm Buschs Bildergeschichte. Eine kleine Hommage an meine Kindheit. Und vielleicht auch ein bisschen an mich selbst, denn ganz ehrlich: Ich war nie ein braver Junge. Immer unterwegs, immer Ideen im Kopf, immer ein bisschen gegen den Strom.

Max und Moritz waren einfach, aber charmant. Holzböden, Ventilatoren, Moskitonetze. Ich baute sie nach und nach aus – richtete eine Außenküche ein, bepflanzte den Garten mit Kräutern, ließ einen kleinen Teich anlegen. Und dann kamen sie: die Krokodile.

Ein echter Hingucker

Ein Bekannter aus dem Dorf brachte sie mit: zwei kleine, aber echte Krokodile, etwa einen Meter lang. „Die kannst du in den Teich setzen“, meinte er. „Die fressen Insekten. Und du bekommst mehr Gäste.“ Ich hielt das zuerst für einen Scherz – aber dann dachte ich: Warum eigentlich nicht?

Ich ließ den Teich sichern, baute einen niedrigen Zaun drumherum und setzte die beiden ein. Die Reaktionen ließen nicht lange auf sich warten. Manche waren fasziniert. Andere erschrocken. Und wieder andere glaubten nicht, dass die Tiere echt waren.

Ein Biss, der Schlagzeilen machte

Einer dieser Zweifler war ein österreichischer Gast, der mit seiner Frau angereist war. Er stand am zweiten Tag seines Aufenthalts vor dem Teich, die Arme verschränkt, die Sonnenbrille auf der Stirn. „Die sind doch nicht echt“, sagte er. „Die sind aus Stein. So eine Touristenattraktion.“

Ich lächelte und sagte nur: „Geh besser nicht zu nah ran.“

Aber er ging trotzdem. Er hockte sich vor den Zaun, streckte die Hand über das Wasser, schnippte mit den Fingern. Und da passierte es: Ein Schnappen, ein Aufschrei, ein blutiger Finger.

Kein schwerer Biss – aber genug, um ihn für den Rest des Urlaubs an Pflaster und Salzwasser zu erinnern. Seine Frau schimpfte, ich brachte Desinfektionsmittel, Charlie saß auf dem Dach und beobachtete die Szene wie ein Richter mit Urteilsblick.

Der Österreicher sagte später lachend: „Na gut, jetzt glaub ich’s. Die sind echt.“

Ein Ort zum Durchatmen

Trotz – oder vielleicht wegen – der Krokodile wurde Max & Moritz ein kleiner Erfolg. Kein Hotel, kein Gasthaus – eher eine Mischung aus Gästehaus, Rückzugsort und Kuriosität. Viele kamen wegen der Tiere. Andere, weil sie mich kannten. Und manche, weil sie einfach Ruhe suchten.

Ich kümmerte mich um alles. Kochen, Waschen, Reparaturen, Gespräche mit den Gästen. Ich saß abends auf der Veranda, trank Tee, Charlie neben mir, die Frösche quakten im Teich, die Krokodile lagen reglos im Mondlicht. Es war friedlich – auf meine eigene, schräge Art.

Max & Moritz lief gut. Ich hatte mein kleines Team, zwei Zimmer, eine charmante offene Küche, zwei echte Krokodile im Teich, Charlie als tierischen Rezeptionisten – und jeden Monat neue, neugierige Gäste. Einige kamen nur wegen der Krokodile, andere blieben wegen der Ruhe. Ich hatte wieder das Gefühl, Gastgeber zu sein – so, wie ich es liebte.

Aber wie so oft in Kambodscha war das Glück nicht von Dauer.

Eines Tages kam ein junger Mann mit seiner kambodschanischen Freundin vorbei. Er war aus England, hatte in Phnom Penh ein kleines Café betrieben, war auf der Suche nach einem Neuanfang. Wir kamen ins Gespräch, erst über Mangos, dann über Gästehäuser, dann über Max & Moritz. Und nach drei Tagen sagte er: „Ich nehme es. So wie es ist. Mit allem."

Ich wusste, dass ich nicht ewig bleiben würde. Das Grundstück gehörte mir nicht, ich hatte nur gemietet. Und irgendwie war es ein gutes Gefühl, loszulassen, bevor wieder jemand anders über mich bestimmte.

Also verkaufte ich ihm das Geschäft. Den Namen, den Kundenstamm, die Buchungen, das Inventar. Charlie blieb dort. Die Krokodile auch. Ich verabschiedete mich mit einem Kloß im Hals – aber mit dem Gefühl, dass es richtig war. Ich hinterließ ein funktionierendes kleines Paradies.

Kapitel 8: Der Neuanfang in Kampot

Nachdem ich das Geschäft Max & Moritz abgegeben hatte, war mir klar: Ich wollte nicht noch einmal mieten, nicht noch einmal von anderen abhängig sein. Ich wollte etwas Eigenes. Durch einen Freund hörte ich von einem Grundstück bei Kampot – nicht irgendeinem Grundstück, sondern einem sehr großen Stück Land, etwas außerhalb, mit viel Grün und Abstand zu den Nachbarn. Genau das, was ich suchte.

Ich fuhr hin, sah es mir an – und wusste sofort: Das wird mein Platz.

Kein Lärm, kein Trubel, keine Touristen in Sicht. Nur Reisfelder, Palmen, Sonne und ein weiter Blick bis zu den Bergen. Es war kein strategischer Standort für ein Geschäft, aber es war genau das, was ich für mich selbst wollte.

Ich kaufte das Grundstück – kein Pachtvertrag mehr, keine Zwischenlösungen.

Diesmal gehörte es mir wirklich.

Bauphase aus der Ferne

Da ich zu der Zeit in Sihanoukville lebte, konnte ich nicht jeden Tag auf der Baustelle sein. Aber ich organisierte alles sorgfältig: Materialien, Arbeiter, Bauleiter. Ich telefonierte regelmäßig, ließ mir Fotos und Videos schicken, plante jede Phase so gut es ging aus der Entfernung.

Es war nicht einfach, einem kambodschanischen Bautrupp Anweisungen zu geben, während man selbst nicht da ist – aber ich war entschlossen. Und ich wusste: Ich konnte vertrauen. Die Menschen, mit denen ich arbeitete, waren zuverlässig. Nicht perfekt, aber ehrlich.

Während ich in Sihanoukville lebte, fuhr ich regelmäßig nach Kampot, um den Baufortschritt zu kontrollieren. Es war jedes Mal ein besonderer Moment, wenn wieder etwas Neues fertig war – die Bodenplatte gegossen, die ersten Mauern standen, der Dachstuhl aufgerichtet.

Jedes Mal sah ich: Das hier wird mein Zuhause.

Ankommen auf eigenem Boden

Als das Haus schließlich fertiggestellt war, kehrte ich dauerhaft nach Kampot zurück. Ich stand auf meinem eigenen, weitläufigen Grundstück – und spürte sofort: Das ist der Anfang von etwas Größerem. Ich hatte das Land nicht zufällig gewählt. Die Größe war bewusst – mit dem Gedanken, später vielleicht noch mehr zu bauen: ein Gästehaus, ein kleiner Pavillon, ein Studio – ich ließ mir alle Möglichkeiten offen.

Das Haus selbst war nicht einfach, sondern luxuriös, mit allem Komfort, den ich mir leisten konnte.

Große Fensterfronten mit Blick ins Grüne, eine moderne Küche, klimatisierte Räume, ein Badezimmer mit heißem Wasser, das in Kambodscha keineswegs selbstverständlich war.

Ich hatte mir diesen Komfort verdient – nach all den Jahren im Hotelgeschäft, nach all dem Wechsel und der Unruhe.

Die Terrasse war mein Lieblingsplatz. Ich hatte sie überdacht bauen lassen, mit einer bequemen Sitzgruppe und einem Ventilator an der Decke. Von hier aus konnte ich morgens bei einem Espresso den Sonnenaufgang beobachten und abends den Geräuschen der Natur lauschen.

Kampot – ein Ort der Möglichkeiten

Das Leben in Kampot hatte einen anderen Takt als in Sihanoukville oder Phnom Penh. Es war ruhiger, aber nicht langweilig. Ich machte erste Bekanntschaften mit den Nachbarn – einfache Bauern, Fischer, Händler. Freundlich, diskret, neugierig.

Ich ließ mir Zeit, die Umgebung kennenzulernen. Ich fuhr mit dem Roller in die Stadt, kaufte Möbel, besuchte Märkte, probierte neue Restaurants aus. Es war ein angenehmes Gefühl, in eine neue Rolle zu wachsen – nicht als Gastwirt, nicht als Tourist, sondern als Teil dieser Landschaft.

Während das Haus weiter eingerichtet wurde – mit hochwertigen Materialien, sorgfältig ausgesuchten Möbeln und kleinen Details, die mir wichtig waren – dachte ich schon an die nächsten Schritte. Vielleicht ein zweites Gebäude, vielleicht ein Pool. Ich ließ mir alle Optionen offen.

Es war mein Projekt.

Und zum ersten Mal in meinem Leben hatte ich das Gefühl: Jetzt bestimme ich selbst den Rahmen.

Erst nach dem Umzug wurde mir bewusst, welche neuen Herausforderungen in dieser ländlichen Umgebung auf mich warteten. Kampot war nicht nur ruhiger, sondern auch abgeschiedener, ursprünglicher – ein Ort, an dem die Zeit langsamer verlief.

Die erste Herausforderung war das Internet. Keine der etablierten Firmen wollte eine Leitung zu unserem Haus legen, das drei Kilometer außerhalb der Stadt lag, als einziges Haus in der Gegend, umgeben von Reisfeldern, Mangobäumen und friedlich grasenden Kühen. Für uns bedeutete das völlige digitale Isolation.

In einem Zeitalter, in dem Kommunikation und Arbeit ohne Internet kaum möglich sind, war das ein echtes Problem. Ich erinnere mich an lange Gespräche mit verschiedenen Anbietern, die alle dieselbe Ausrede hatten: zu weit, zu teuer, kein Interesse.

Zum Glück gab es eine neue Internetfirma, die gerade in den Markt einsteigen wollte. Es gelang mir, den Verkäufer davon zu überzeugen, dass in Kürze viele weitere Häuser in der Gegend entstehen würden und es für ihn von Vorteil wäre, als Erster vor Ort zu sein. Ich versprach ihm, potenzielle Kunden in der Nachbarschaft zu werben – auch wenn es zu diesem Zeitpunkt außer uns noch keine Nachbarn gab. Der Haken an der Sache: Ich musste 300 Dollar pro Monat für das Internet bezahlen – ein kleines Vermögen in Kambodscha, aber für meine Verbindung zur Außenwelt unverzichtbar. Ich sah es als Investition in unsere Zukunft.

Das Leben auf dem Land hielt noch weitere Überraschungen bereit. In der Regenzeit verwandelten sich die Zufahrtswege in Schlammstraßen, auf denen man mit dem Auto stecken bleiben konnte. Ich erinnere mich an eine Nacht, in der wir von einem Restaurant zurückkamen und der Wagen mitten in einer riesigen Pfütze festsaß – um uns herum nur Dunkelheit und das Quaken der Frösche. In der Trockenzeit hingegen legte sich eine feine Staubschicht über alles, man konnte kaum lüften, ohne dass der Wind rote Erde ins Haus wehte. Trotzdem: Wir gewöhnten uns an diese Extreme, und irgendwann waren sie einfach Teil unseres Alltags.

Doch all diese Unannehmlichkeiten wurden bei Weitem aufgewogen durch die unvergleichliche Schönheit des Ortes, die tiefe Ruhe, die uns umgab, und das Gefühl von Freiheit, das man nur an einem solchen Ort erleben kann. Jeden Morgen aufzuwachen und den

Sonnenaufgang über den endlos scheinenden Reisfeldern zu sehen, war ein Privileg, für das es sich lohnte, auf einige moderne Annehmlichkeiten zu verzichten. Die Nächte waren still, nur begleitet vom Zirpen der Grillen und dem fernen Bellen eines Hundes. Und wenn es regnete, war es, als würde die Welt für einen Moment den Atem anhalten.

Kapitel 9: Bauen, verkaufen, wieder von vorn – mein Einstieg ins Immobiliengeschäft

Nachdem wir das Guesthouse in Sihanoukville verkauft und in unser neues Zuhause in Kampot gezogen waren, hätte ich nie gedacht, dass mir schon bald eine neue Geschäftsidee zufallen würde. Alles begann ganz harmlos: Ein Freund aus Europa besuchte uns im Januar 2013. Er war begeistert von der Umgebung, dem weiten Blick über die Reisfelder und natürlich von dem Haus, das ich mit viel Mühe und Liebe zum Detail hatte bauen lassen.

„Heiko“, sagte er beim Frühstück unter freiem Himmel, „wenn du mir so ein Haus bauen könntest, würde ich sofort hierherziehen.“

Zuerst hielt ich das für eine spontane Idee. Doch am Abend sprachen wir noch einmal darüber – und aus der Idee wurde ein Plan. Ich besaß noch ein großes Stück Land, das ich kurz nach unserem Umzug gekauft hatte – mit dem Hintergedanken, vielleicht irgendwann dort etwas Größeres zu realisieren. Dieses Gespräch brachte alles ins Rollen. Warum sollte ich nicht genau das tun? Land kaufen, schöne Häuser bauen und sie an Menschen verkaufen, die ebenfalls ihren Traum vom Leben in Kambodscha verwirklichen wollten?

Der Anfang war einfach – und doch voller Risiko

Mein erstes Projekt startete mit vielen Unsicherheiten. Zwar hatte ich Erfahrung aus dem Bau unseres eigenen Hauses, aber ein Haus für jemanden zu bauen, der genaue Vorstellungen, hohe Erwartungen und ein anderes kulturelles Verständnis von „Qualität“ hatte, war eine neue Herausforderung. Ich lernte schnell, dass in Kambodscha vieles anders läuft: Es gab keine klaren Baunormen, keine verlässlichen Qualitätsstandards, kaum funktionierende Kontrollen. Alles, was ich bauen ließ, musste ich selbst täglich auf der Baustelle prüfen, korrigieren, nachjustieren. Das bedeutete: früh aufstehen, mit den Arbeitern verhandeln, oft auch schlichten, Materialien austauschen und mit scharfem Blick jede einzelne Wand abnehmen.

Und doch machte es mir unglaublichen Spaß. Ich spürte, dass ich hier etwas aufbaute – im wahrsten Sinne des Wortes.

Ein Haus nach dem anderen – wie im Rausch

Das Haus meines Freundes wurde ein voller Erfolg. Noch bevor es ganz fertig war, kamen Nachbarn, Bekannte, andere Auswanderer, die sich interessierten. Sie stellten Fragen, wollten Preise wissen, baten um Besichtigungstermine. Und plötzlich war ich mitten im Geschäft. Ich verkaufte das zweite Grundstück, baute das nächste Haus. Dann wieder eines. Wieder und wieder.

Am Ende baute ich in wenigen Jahren insgesamt elf Häuser – jedes ein bisschen besser als das vorige. Ich lernte aus jedem Bauprojekt, verbesserte die Grundrisse, experimentierte mit lokalen und importierten Materialien, passte mich den Wünschen der Käufer an. Ich entwickelte ein Gespür für das, was europäische Auswanderer suchten: einen Hauch von Luxus, aber eingebettet in die Natur, mit viel Ruhe, großem Grundstück und solider Bauweise.

Meine Kundschaft – eine Mischung aus Träumern und Realisten

Viele meiner Kunden kamen aus Europa, oft Deutsche, Schweizer, Franzosen. Einige wollten einen Altersruhesitz, andere einfach nur raus aus dem Hamsterrad des Westens. Sie suchten ein Leben in der Sonne, ein einfacheres Dasein – mit weniger Bürokratie, weniger Lärm, weniger Stress.

Ich war für sie nicht nur der Bauherr. Ich war Ratgeber, Dolmetscher, Verhandlungsführer mit den Behörden, Vermittler beim Stromanschluss, Helfer beim Import ihrer Möbel – manchmal sogar Seelsorger. Ich lebte in einer Welt, in der alles gleichzeitig war: Investor, Architekt, Bauleiter, Seelsorger und Auswanderer in Personalunion.

Herausforderungen – rechtlich, praktisch, menschlich

Natürlich war nicht alles einfach. In Kambodscha dürfen Ausländer offiziell kein Land besitzen. Ich musste auf kambodschanische Partner zurückgreifen, denen ich vertraute, was bei Summen im sechsstelligen Bereich keine kleine Sache war. Jeder Vertrag, jede Unterschrift bedeutete ein Risiko.

Zudem war der Markt nicht reguliert. Es gab keine Baugenehmigungen im europäischen Sinn, keine verlässliche Rechtsprechung. Alles basierte auf Beziehungen, Kontakten und Vertrauen. Wenn man kein starkes lokales Netzwerk hatte, konnte man schnell ins Leere laufen.

Und trotzdem – es funktionierte.

Ein erfolgreiches Kapitel meines Lebens

Am Ende hatte ich nicht nur elf Häuser verkauft, sondern auch viele Freundschaften geschlossen. Ich hatte einen neuen Geschäftszweig aufgebaut, fast aus dem Nichts. Ich hatte mich in eine Rolle hineinentwickelt, die mir lag: kreativ, praktisch, flexibel.

Und ich hatte etwas geschaffen, auf das ich bis heute stolz bin: kleine Oasen für Menschen, die ihr Leben neu beginnen wollten – genau wie ich damals.

Kapitel 10: Die Geburt meiner Tochter Laura – Vater sein in Kambodscha

Am 8. September 2013 veränderte sich mein Leben für immer. In einem kleinen Krankenhaus in Kampot kam meine Tochter Laura zur Welt – ein Ereignis, das alle bisherigen Erfahrungen, Erfolge und Rückschläge in den Schatten stellte. Nichts, wirklich nichts, hatte mich auf diesen Moment vorbereitet.

Ich erinnere mich noch genau an den Morgen. Die Sonne stand schon hoch, als wir ins Krankenhaus fuhren, aber ich nahm kaum etwas um mich herum wahr. Die Straßen, die Reisfelder, das Hupen der Mopeds – alles war wie durch einen Schleier. Mein Herz schlug bis zum Hals. Ich war aufgeregt, nervös, voller Hoffnung und Angst zugleich. Und dann, plötzlich, dieses winzige Wesen in meinen Armen. Warm, weich, vollkommen hilflos – und doch mit einer Präsenz, die alles um mich herum still werden ließ.

Ein Moment, der alles veränderte

Ich hielt Laura zum ersten Mal im Arm und wusste: Das hier ist das Wichtigste in meinem Leben. Von jetzt an bin ich Vater. Es war, als hätte jemand einen Schalter umgelegt. In dem Moment, als sie mich mit diesen dunklen, neugierigen Augen ansah, hatte ich keine Zweifel mehr: Ich würde alles für dieses Kind tun.

Das Gefühl, ein kleines Leben in der Hand zu halten, für das man ab sofort verantwortlich ist – es ist unbeschreiblich. Man kann sich noch so viele Ratgeber durchlesen oder sich noch so viele kluge Gedanken machen: Wenn es so weit ist, ist alles anders. Und alles echter.

Ein neues Leben in einem neuen Land

Eine Familie in einem fremden Land zu gründen, bringt besondere Freuden – aber auch besondere Herausforderungen. Zwar gab es in Kampot ein Krankenhaus, aber die medizinische Versorgung war natürlich nicht vergleichbar mit europäischen Standards. Ich hatte die Ärzte vorher getroffen, Fragen gestellt, mich informiert – aber letztlich war es auch ein Sprung ins kalte Wasser.

Trotzdem war alles gut verlaufen. Laura war gesund, die Mutter wohlauf, und ich – überwältigt. Ich konnte in dieser Nacht kaum schlafen, zu viele Gedanken, zu viele Gefühle. Ich stand immer wieder auf, ging an ihr Bettchen, sah ihr beim Schlafen zu. Alles erschien mir auf einmal zerbrechlich und gleichzeitig so unglaublich stark.

Behörden, Botschaften, Bürokratie

Nach der ersten Euphorie kam der Papierkram. Die Geburt musste registriert werden, ein deutscher Pass beantragt, die Staatsbürgerschaft geklärt werden. Das bedeutete: viele Formulare, lange Wartezeiten, Fahrten zur deutschen Botschaft in Phnom Penh, Gespräche mit Kambodschanern und Deutschen, oft auch Missverständnisse.

Es war mühsam, manchmal nervenaufreibend. Aber es lohnte sich. Ich wollte, dass meine Tochter beide Welten in sich tragen konnte: die europäische und die kambodschanische. Dass sie überall willkommen war – mit einem Pass, der ihr Türen öffnete, und mit einer Kindheit, die ihr Wurzeln gab.

Ein neues Gefühl von Verantwortung

Mit der Geburt von Laura änderte sich alles. Mein früheres Leben als Gastgeber, Bauunternehmer, Macher – das trat in den Hintergrund. Plötzlich ging es nicht mehr nur um Projekte, Pläne oder Einnahmen. Es ging um Sicherheit, um Nähe, um Stabilität. Ich wollte nicht mehr dauernd auf Baustellen herumrennen oder mit Kunden über Quadratmeterpreise diskutieren. Ich wollte da sein. Ein guter Vater sein.

Ich reduzierte mein Tempo, strukturierte mein Leben neu. Ich lernte, dass Erfolg sich nicht nur in Geld oder Lob messen lässt, sondern auch in der Fähigkeit, für ein Kind da zu sein – mit Zeit, Liebe und Geduld.

Ein Kind zwischen zwei Welten

Laura wuchs in einem kulturellen Schmelztiegel auf. In unserer Nachbarschaft lebten Kambodschaner, Franzosen, Deutsche, Schweizer. Sie hörte verschiedene Sprachen, sah unterschiedliche Gewohnheiten, bewegte sich mühelos zwischen Khmer, Deutsch und Englisch. Es war faszinierend, ihr dabei zuzusehen.

Sie war neugierig, klug, fröhlich – und manchmal auch sehr bestimmt. Schon mit drei Jahren bestand sie darauf, beim Einkauf auf dem Markt selbst zu verhandeln, natürlich auf Khmer. Und sie tat es mit einem Selbstbewusstsein, das alle zum Lächeln brachte.

Vatersein als neues Kapitel

Ich war plötzlich nicht mehr nur Bauherr oder Gastgeber – ich war Papa. Und das war mehr als jede Rolle zuvor. Ich lernte, Windeln zu wechseln, Brei zu kochen, Schnuller nachts im Halbschlaf zu finden. Ich lernte, mich über kleine Dinge zu freuen – über das erste Lächeln, die ersten Schritte, die ersten Worte.

Mit Laura begann eine neue Zeit in meinem Leben. Eine ruhigere, tiefere, vielleicht auch sinnvollere. Ich war angekommen. Nicht nur in Kambodscha – sondern in meinem eigenen Leben.

Kapitel 12: Das Resort – Zwischen Palmen und Plänen

Nach elf Hausbauprojekten, zahllosen Baustellenbesuchen und endlosen Besichtigungen mit Interessenten verspürte ich eine wachsende Müdigkeit. Nicht körperlich – daran war ich gewöhnt – sondern innerlich. Die Begeisterung, mit der ich einst Ziegelsteine sortierte, Wände vermaß oder neue Grundstücke besichtigte, wich langsam einer gewissen Routine. Ich hatte viel erreicht, aber mir fehlte etwas Entscheidendes: der direkte Kontakt zu Menschen.

Ich erinnerte mich an die Zeit in Sihanoukville, an das Lachen der Gäste, die Gespräche beim Frühstück, das Klirren der Gläser am Abend. Gastgeber zu sein war für mich nie einfach nur ein Job – es war eine Lebensart. Ein ständiges Geben, Zuhören, Vermitteln. Ich spürte, dass ich genau das wieder wollte: einen Ort schaffen, an dem Menschen sich wohlfühlen, ankommen, bleiben wollen.

Die Idee, ein kleines Resort zu eröffnen, reifte langsam. Kein großes Hotel, kein Massentourismus – sondern eine Oase der Ruhe. Ich stellte mir sieben großzügige Bungalows vor, eingebettet in einen tropischen Garten mit Palmen, Frangipani-Bäumen und Schmetterlingen. In der Mitte ein eleganter Swimmingpool, glitzernd im Sonnenlicht, mit Liegen und Schattenplätzen. Ein kleines Restaurant mit offener Küche, wo ich meine Gäste mit deutscher Hausmannskost und kambodschanischen Spezialitäten verwöhnen konnte.

Ich kaufte ein weiteres Grundstück, diesmal mit besonders viel Sorgfalt. Die Lage sollte ideal sein – nicht zu weit vom Zentrum Kampots entfernt, aber abgeschieden genug, um völlige Ruhe zu bieten. Der Blick auf die umliegenden Hügel, das Vogelgezwitscher am Morgen, das Zirpen der Grillen in der Nacht – ich wollte, dass all das Teil des Erlebnisses wird.

Der Bau zog sich über mehrere Monate. Ich arbeitete wieder täglich mit – organisierte, kontrollierte, dekorierte. Ich ließ mich von Boutique-Resorts in Thailand inspirieren, aber blieb immer bei meinem Stil: schlicht, hochwertig, mit viel Holz, warmen Farben, natürlichen Materialien.

Die Eröffnung war ein stiller, aber emotionaler Moment. Keine große Zeremonie – nur ich, ein paar Freunde, und die ersten Gäste. Einige waren alte Bekannte aus Sihanoukville, andere hatten über Mundpropaganda von meinem neuen Ort gehört. Sie kamen, blieben – und kamen wieder.

Es war eine wunderbare Zeit. Ich begann wieder zu kochen – jeden Tag. Frische Brötchen am Morgen, Bratkartoffeln, Rindergulasch, Apfelstrudel. Meine Gäste schätzten es, mitten in Asien ein Stück europäische Gemütlichkeit zu finden. Und ich genoss es, ihre Geschichten zu hören – von Weltreisen, Auswanderungsplänen, gescheiterten Ehen oder großen Träumen.

Der Pool wurde zum Zentrum des Resorts. Nicht nur zum Schwimmen – auch zum Reden, Lachen, Schweigen. Ich lernte so viele interessante Menschen kennen. Ein Schriftsteller aus Kanada, der bei mir sein nächstes Buch begann. Ein Paar aus Dänemark, das sich in Kampot verliebte und blieb. Ein pensionierter Lehrer aus Bayern, der bei einem Bier am Abend von seinen Erlebnissen in Afrika erzählte.

Ich fühlte mich angekommen. Das Resort lief gut, die Rückmeldungen waren überwältigend positiv. Die Bungalows waren fast immer ausgebucht – viele Gäste blieben länger als geplant. Einige kamen jedes Jahr wieder, manche sogar zweimal im Jahr. Es entstand eine Art kleine Gemeinschaft aus Wiederkehrern, neuen Bekannten und Freunden.

Es war das erste Mal seit langer Zeit, dass ich dachte: Vielleicht habe ich es jetzt gefunden – dieses Gleichgewicht zwischen Arbeit, Leidenschaft und Lebensqualität. Ich arbeitete viel, ja, aber es fühlte sich leicht an. Ich war erfüllt, nicht erschöpft.

Und dann, inmitten dieses neuen Kapitels, geschah etwas Wunderbares: Ich erfuhr, dass ich wieder Vater werden würde.

Kapitel 13: Unsere zweite Tochter – Freude und Trauer

Im Mai 2016 kam unsere zweite Tochter zur Welt. Wir hatten uns so sehr auf sie gefreut. Nach all den beruflichen Umbrüchen, dem Umzug, dem Neubeginn mit dem Resort – war dieses Kind ein Symbol für neues Leben, für Hoffnung, für Zukunft. Laune war inzwischen knapp drei Jahre alt und wartete gespannt auf ihre kleine Schwester. Sie sprach ständig davon, wie sie ihr alles zeigen würde: den Garten, den Pool, die Katzen, die Libellen auf dem Seerosenbecken.

Die Geburt verlief problemlos. Wir entschieden uns wieder für die kleine Klinik in Kampot, in der wir bereits gute Erfahrungen gemacht hatten. Es war alles einfach, aber menschlich. Die Hebamme war freundlich, die Atmosphäre ruhig. Als ich das winzige Wesen zum ersten Mal sah, so friedlich, so vollkommen, konnte ich kaum glauben, dass das Leben uns noch einmal solch ein Geschenk machte.

Wir nannten sie Alina – ein Name, der für Licht und Zärtlichkeit steht. Und genau das war sie. Vom ersten Tag an strahlte sie etwas Beruhigendes aus. Sie weinte kaum, trank gut, schlief tief. Wenn ich nachts mit ihr auf dem Arm durch das Haus ging, während draußen der Regen auf das Blechdach trommelte, hatte ich das Gefühl, die Zeit stünde still.

Auch Laura war hin und weg. Sie half beim Windelholen, sang Lieder, erzählte Geschichten in einer Mischung aus Deutsch, Khmer und Fantasiewörtern. Manchmal saßen wir alle drei am frühen Abend draußen auf der Terrasse. Die eine auf meinem Schoß, die andere auf der Decke. Grillenzirpen, ein warmer Wind, die Sonne sank langsam hinter die Palmen. Es war wie ein kleines Paradies.

Aber dieses Paradies war zerbrechlich.

Sechs Monate nach Alinas Geburt geschah das Unvorstellbare. Eines Morgens wachte sie nicht mehr auf.

Ich erinnere mich kaum an diesen Tag – nur an Fetzen. Das ungläubige Starren auf ihr Gesicht. Der Notruf, der Arzt, der kam, nichts mehr tun konnte. Der Schock. Die Stille. Diese bodenlose Leere, die sich ausbreitete, als hätte jemand die Welt angehalten und alles Leben ausgeknipst.

Es war der plötzliche Kindstod. Ein Wort, das man vorher in Artikeln liest, das anderen passiert – nie einem selbst. Und doch war es unsere Realität. Unsere Tochter war weg. Einfach so. Ohne Vorwarnung, ohne Krankheit, ohne Grund.

Die folgenden Wochen verschwammen zu einem Nebel aus Schmerz, Tränen, endlosen Fragen. Warum sie? Warum wir? Hätten wir etwas merken können? Etwas anders machen müssen? Es gab keine Antwort. Nur dieses Loch in der Brust, das nicht mehr aufhören wollte zu schmerzen.

Meine Partnerin zerbrach an diesem Verlust. Sie zog sich immer weiter zurück. Erst sprach sie kaum, dann begann sie zu trinken. Am Anfang nur abends. Dann auch tagsüber. Ich versuchte alles – Gespräche, Hilfeangebote, Geduld. Doch sie war nicht mehr erreichbar. Nicht für mich. Nicht für Laura.

Das Haus, das einst voller Leben war, wurde still. Ich versuchte stark zu sein – für meine Tochter, für die Gäste, für das Geschäft. Doch innerlich war ich oft am Ende. Nachts lag ich wach, neben mir die Leere. Die Schreie, die Tränen, die Erinnerung an dieses winzige Gesicht – sie ließen mich nicht los.

Nach vielen Monaten, nach einem verzweifelten Versuch, zu retten, was nicht mehr zu retten war, trafen wir eine Entscheidung. Eine schwere, traurige, aber notwendige Entscheidung: Wir trennten uns.

Laura blieb bei mir. Das war uns beiden wichtig. Sie war mein Halt – und ich ihrer. Ich wollte ihr Stabilität geben, einen Rahmen, einen Alltag. Auch wenn mein Inneres oft alles andere als stabil war.

Ich verlor in dieser Zeit viel – emotional, aber auch finanziell. Rund 300.000 Dollar verschwanden in den Wirren der Trennung, in Rechtsstreitigkeiten, in Auflösungen. Mein einstiges Sicherheitsnetz wurde dünn. Aber ich verlor nicht meine Würde. Nicht meine Liebe zu meiner Tochter. Und nicht meinen Lebenswillen.

Es gab Tage, da wusste ich nicht, wie ich das alles schaffen sollte. Aber ich schaffte es. Weil ich musste. Weil ein kleines Mädchen mich jeden Morgen mit großen Augen ansah und mich brauchte. Und weil irgendwo in mir noch Hoffnung war. Hoffnung, dass aus all diesem Schmerz irgendwann wieder etwas Gutes entstehen würde.

Kapitel 14: Diagnose und Wandel – Mein Leben mit Parkinson

Nachdem ich mich gerade erst emotional etwas stabilisiert und den Alltag mit Laura allein gemeistert hatte, sollte das Leben mir eine weitere Herausforderung stellen – diesmal eine, die meinen Körper betraf.

Es begann schleichend. Erst war da nur ein Zittern in der rechten Hand, gelegentlich ein Taubheitsgefühl in den Fingern, das ich mir mit Überarbeitung erklärte. Doch die Symptome wurden mehr: meine Bewegungen verlangsamten sich, einfache Handgriffe fielen mir zunehmend schwerer, und meine rechte Schulter schmerzte regelmäßig. Anfangs schob ich alles auf Stress und das Alter, doch tief in mir spürte ich, dass etwas nicht stimmte.

Im Jahr 2019, nach vielen Arztbesuchen, kam schließlich die Diagnose: Parkinson. Ich saß in einem kühlen Behandlungszimmer, allein, während der Arzt mir die Ergebnisse mit ruhiger Stimme erklärte. Es war ein Moment, in dem die Zeit stillzustehen schien. Obwohl ich wusste, dass Parkinson behandelbar, aber nicht heilbar ist, fühlte es sich an wie ein Urteil. Mein erster Gedanke war: „Was wird nun aus Laura?“

Die Monate danach waren schwer. Ich war gezwungen, das Tempo meines Lebens zu reduzieren, was mir alles andere als leichtfiel. Mein Körper machte mir zunehmend Grenzen bewusst, die ich nie zuvor gekannt hatte. Plötzlich war jeder Schritt, jede Bewegung, jede Entscheidung mit mehr Kraft und Planung verbunden.

Schon lange zuvor hatte ich neben meinen anderen Tätigkeiten immer wieder Deutsch unterrichtet – mal spontan für Freunde, mal für Gäste oder Bekannte, die aus beruflichen Gründen Deutsch lernen wollten. Es war eine Leidenschaft, die mich nie losgelassen hatte. Doch nun wurde daraus eine echte Perspektive.

Mein Resort, das mir über Jahre hinweg Freude und Erfolg gebracht hatte, konnte ich in dieser körperlichen Verfassung nicht mehr führen. Ich traf die Entscheidung, es zu verkaufen – schweren Herzens, aber im Wissen, dass es Zeit war, ein neues Kapitel aufzuschlagen. Die täglichen Anforderungen, die ständige Präsenz, das Management – all das war nicht mehr zu bewältigen.

Ich dachte lange nach. Was konnte ich tun, das sowohl sinnvoll als auch körperlich machbar war – etwas, das mir Freude bereitete und trotzdem mit meiner Gesundheit vereinbar war? Die Antwort lag eigentlich nahe: das Unterrichten. Ich hatte es immer geliebt, anderen meine Sprache beizubringen, und mein Herz hing daran.

Die digitale Welt bot neue Chancen. Ich begann, mich in Online-Plattformen einzuarbeiten, erstellte ein Profil, nahm erste Schüler an – zunächst zögerlich, dann mit wachsendem Selbstbewusstsein. Es war eine völlig andere Welt als die des Gastgewerbes. Kein Empfang an der Rezeption, kein Wäschewechsel, keine Bauarbeiten oder Gäste mit Sonderwünschen – sondern Menschen aus aller Welt, die meine Sprache lernen wollten. Ich saß an meinem Schreibtisch in Kampot, mit Blick auf die Palmen, während ich Schüler in Italien, der Ukraine oder Japan unterrichtete.

Was mich besonders berührte, war die Nähe, die dennoch entstand. Ich erlebte, wie Schüler Fortschritte machten, wie sie mir von ihrem Alltag erzählten, von Prüfungen, Vorstellungsgesprächen oder Familienbesuchen in Deutschland. Ich wurde nicht nur ihr Lehrer, sondern oft auch ihr Zuhörer, Berater und Begleiter.

Der Parkinson begleitet mich weiterhin, jeden Tag. Aber ich habe gelernt, mit ihm zu leben – und das Beste daraus zu machen. Manche Tage sind besser, andere schlechter. Aber ich weiß heute mehr denn je: Man muss nicht aufgeben, wenn das Leben sich ändert. Man muss sich neu erfinden – mit Mut, Geduld und ein wenig Fantasie.

Kapitel 15: Neustart als Online-Lehrer – Ein Leben zwischen Bildschirm und Familie

Nachdem ich das Resort verkauft habe, beginnt für mich ein neues Kapitel. Die Zeit als Hotelier und Bauunternehmer ist vorbei – körperlich zu anstrengend, seelisch auslaugend und mit meiner Krankheit nicht mehr vereinbar. Zum Glück habe ich über all die Jahre hinweg nie ganz aufgehört, Deutsch zu unterrichten. Schon während meiner Zeit als Gastwirt, Bauherr und Resort-Besitzer bringe ich immer wieder Menschen aus aller Welt die deutsche Sprache näher – Touristen, Freunde, Bekannte. Es ist etwas, das mir leichtfällt, Freude bereitet und mir das Gefühl gibt, gebraucht zu werden.

Heute mache ich aus dieser Leidenschaft meinen Beruf. Ich unterrichte auf einer der größten Online-Plattformen der Welt. Der Wechsel in diese neue Arbeitswelt ist zunächst ungewohnt – statt mit Gästen beim Frühstück zu plaudern oder Baupläne zu besprechen, sitze ich nun mit Headset vor dem Laptop.

Ich erkläre Grammatik, trainiere Aussprache und unterstütze Menschen dabei, ihre Träume zu verwirklichen: sei es die Anerkennung als Arzt in Deutschland, ein Studium, ein neuer Job oder einfach der Wunsch, sich in einem neuen Land verständigen zu können.

Meine Schüler kommen aus allen Teilen der Welt – Brasilien, Spanien, Japan, Russland, die Türkei, die USA. Ich begleite Ärztinnen, Pflegekräfte, Ehepartner, Studierende und Auswanderer auf ihrem Weg. Jede Begegnung ist einzigartig, jede Geschichte berührt mich auf ihre eigene Weise. Diese Arbeit ist nicht nur erfüllend, sie schenkt mir auch täglich neue Perspektiven und Erfahrungen.

Zuhause in Kampot hat sich mein Alltag stabilisiert. Meine Tochter Laura geht zur Schule, spricht fließend Deutsch, Englisch und Khmer, und wächst in einem kulturell vielfältigen Umfeld auf. Sie ist neugierig, sensibel und stark – und ich bin unendlich stolz auf sie. Unser kleiner Hund Karli bringt jeden Tag Freude in unser Leben. Er ist Lauras bester Freund und mein treuer Begleiter, besonders an schwierigen Tagen.

Unser Leben ist ruhiger geworden – aber nicht weniger bedeutungsvoll. Ich unterrichte, weil ich es liebe. Ich lebe bewusst, genieße die kleinen Momente, bin für meine Tochter da – und finde jeden Tag aufs Neue Sinn in dem, was ich tue.

Kapitel 16: Leben mit Laura – Alltag, Schule und kleine Wunder

Laura ist elf Jahre alt. Sie besucht eine internationale Schule in Kampot, lernt mit Leichtigkeit drei Sprachen – Deutsch, Englisch und Khmer – und hat sich zu einem bemerkenswert offenen, selbstbewussten Mädchen entwickelt. In ihr spiegelt sich nicht nur meine Vergangenheit wider, sondern auch meine Hoffnung für die Zukunft.

Unsere Tage sind klar strukturiert. Morgens bringe ich Laura zur Schule, dann beginne ich meinen Unterricht. Ich arbeite von zu Hause aus – das macht vieles leichter, gerade mit meiner Krankheit. Nachmittags, wenn Laura wieder da ist, essen wir gemeinsam, sprechen über ihren Tag, lachen viel. Manchmal lernen wir zusammen, manchmal schauen wir uns alte Fotos an oder hören Musik. Es sind diese kleinen, ruhigen Momente, die unseren Alltag prägen – voller Nähe, Liebe und Vertrautheit.

Unsere Möglichkeiten sind durch meine Krankheit zwar begrenzt, aber Laura geht damit erstaunlich reif um. Sie versteht, dass ich nicht alles mit ihr unternehmen kann – keine langen Spaziergänge, keine Fahrradtouren, keine Reisen mehr wie früher. Stattdessen haben wir unsere eigenen Rituale: Wir spielen Brettspiele, machen kleine kreative Projekte, oder sie hilft mir beim Vorbereiten meines Unterrichts. Oft sitzt sie einfach neben mir und malt, während ich unterrichte. Ihre bloße Anwesenheit tut mir gut.

Kampot ist für sie ein echtes Zuhause geworden. Sie kennt die Menschen in unserer Nachbarschaft, weiß, wo man die besten Mangos bekommt, und fühlt sich sicher und geborgen. Sie liebt Tiere, besonders Karli, unseren kleinen Hund, der sie jeden Morgen zur Tür begleitet und am Nachmittag wieder freudig begrüßt.

Natürlich gibt es auch schwierige Tage. Manchmal fragt sie mich, warum wir nicht wie andere Familien leben können – mit Ausflügen, Urlauben, sportlichen Aktivitäten. Dann erkläre ich ihr so gut ich kann, was Parkinson bedeutet und warum unser Leben anders aussieht. Aber ich betone auch, wie stark sie ist und wie besonders unsere Beziehung ist. Sie weiß, dass sie immer auf mich zählen kann – und ich auf sie.

Laura bringt Licht in mein Leben. Durch sie lerne ich, das Wesentliche zu sehen: die Wärme einer Umarmung, die Kraft eines Lächelns, die Bedeutung von Liebe und Präsenz. Sie ist mein größter Antrieb, mein Trost in dunklen Stunden, mein ganzer Stolz.

Unser gemeinsames Leben in Kampot ist ruhig, manchmal herausfordernd, aber reich an Bedeutung. Und wenn ich Laura ansehe – wie sie wächst, lernt, lacht und mit klarem Blick in die Zukunft schaut –, dann weiß ich: Trotz aller Schicksalsschläge habe ich vieles richtig gemacht.

Kapitel 17: Rückblick und Ausblick – Mein Leben in Kambodscha

Wenn ich heute auf mein Leben in Kambodscha zurückblicke, sehe ich ein Mosaik aus Entscheidungen, Zufällen, Erfolgen, Verlusten und Neuanfängen. Was einst mit Neugier und einem Flugticket begann, wurde zu einer Reise, die mich geprägt hat wie keine andere.

Ich habe viel aufgebaut: Gästehäuser, Häuser, ein Resort – aber ich habe auch viel zurückgelassen. Ich habe gelernt, dass Besitz und Erfolg nicht das sind, was einen Menschen ausmacht. Es sind die Beziehungen, die wir führen, die Herausforderungen, die wir annehmen, und die Liebe, die wir geben.

Ich lebe heute bescheiden, aber erfüllt. Meine Arbeit als Deutschlehrer bringt mir Freude und gibt mir das Gefühl, gebraucht zu werden. Ich unterrichte nicht, weil ich es muss, sondern weil ich es will. Es ist meine Art, in Verbindung zu bleiben – mit der Welt und mit mir selbst.

Kambodscha ist mein Zuhause geworden. Ich liebe die Geräusche der Natur, das langsame Tempo, die Herzlichkeit der Menschen. Ich weiß, dass ich hier nicht ewig sein werde, aber ich weiß auch, dass ich nirgendwo anders lieber wäre.

Laura ist mein Mittelpunkt. Sie gibt meinem Leben Richtung, Halt und Tiefe. Wenn ich sehe, wie sie aufwächst – mit Neugier, Mut und einem offenen Herzen –, dann erfüllt mich das mit tiefem Frieden.

Gleichzeitig bleibt eine Angst, die mich nie ganz verlässt: die Sorge, dass ich vielleicht nicht lange genug leben werde, bis sie mich nicht mehr braucht. Ich kämpfe nicht nur mit Parkinson, sondern auch mit starkem Diabetes – zwei Krankheiten, die ihre Spuren hinterlassen. Ich versuche, jeden Tag so zu gestalten, dass er zählt. Für sie. Für uns.

Vielleicht ist das die wichtigste Lektion, die mir dieses Land, dieses Leben, diese Zeit beigebracht hat: Das Leben ist nicht planbar – aber es ist lebenswert. Jeden Tag aufs Neue. Mit allen Höhen und Tiefen.

Ich bin angekommen. Nicht weil alles perfekt ist, sondern weil ich gelernt habe, im Unvollkommenen das Wesentliche zu erkennen.

Zum Schluss: Tipps für alle, die ans Auswandern denken

Nach all den Jahren in Kambodscha und mit allen Höhen und Tiefen, die ich erlebt habe, möchte ich zum Abschluss einige persönliche Tipps teilen – nicht als Allwissender, sondern als jemand, der es wirklich gelebt hat.

1. Träume sind wichtig – aber Vorbereitung ist alles.

Ein Auslandsleben beginnt nicht mit einem Flugticket, sondern mit ehrlicher Planung. Recherchiere, lerne die Sprache, informiere dich über Gesetze, Visabedingungen und Lebenshaltungskosten. Spontaneität ist gut, aber nicht, wenn es um deine Existenz geht.

2. Romantik und Realität gehören zusammen.

Viele Auswanderer träumen vom Leben unter Palmen. Doch das Paradies hat oft auch Mücken, Bürokratie und unerwartete Herausforderungen. Sei bereit, mit Geduld und Pragmatismus auf beides zu reagieren: auf die Magie und die Mühe.

3. Respektiere die Kultur – du bist Gast.

Lerne die Menschen kennen, höre zu, urteile nicht vorschnell. Was dir vielleicht fremd oder „unlogisch“ erscheint, hat in einem anderen Kontext oft seine eigene Logik. Bescheidenheit und Offenheit helfen dir, wirklich anzukommen.

4. Finanziere dich realistisch.

Ein „neues Leben“ ist kein Urlaub. Du brauchst ein stabiles Einkommen, idealerweise auch Rücklagen für schwierige Zeiten. Viele scheitern nicht am Land, sondern an der Geldfrage. Mach dir nichts vor – und plane klug.

5. Pflege deine Gesundheit.

Im Ausland krank zu sein, ist eine der härtesten Prüfungen. Achte früh auf Vorsorge, Ernährung, Bewegung. Wenn du Vorerkrankungen hast: Kläre die medizinische Versorgung vor Ort – auch mental ist das wichtig.

6. Bau dir ein echtes Netzwerk auf.

Freunde, Nachbarn, Gleichgesinnte – sie werden irgendwann wichtiger sein als jede Sehenswürdigkeit. Vor allem in schwierigen Zeiten zeigt sich, wie wertvoll eine Gemeinschaft ist.

7. Mach es nicht, um vor etwas wegzulaufen – sondern, um woanders anzukommen.

Flucht ist nie eine gute Motivation. Wer seinen Problemen aus dem Weg geht, findet sie oft im Gepäck wieder. Geh, weil du wirklich willst – nicht, weil du musst.

8. Und schließlich: Genieße es.

Das Leben ist kurz. Wenn du den Mut hast, neue Wege zu gehen, dann verdienst du es auch, das Schöne zu sehen, zu spüren, zu feiern. Auch wenn es schwer wird – vergiss nicht, warum du dich auf den Weg gemacht hast.

Mein Leben in Kambodscha

– Die Jahre danach

Heiko R.

Autobiografie

Mein Leben in Kambodscha – Die Jahre danach

Kapitel 1 – Der Tag, der sich nicht entschuldigt

Die Klimaanlage hält die Nacht noch in Schach, als ich die Augen öffne. Kein Wecker, kein hektisches Klingeln – nur dieses gedämpfte, gleichmäßige Surren, das zu unserem Haus gehört wie die Schatten der Palmen an den Fenstern. Achtzehn Jahre sind vergangen, seitdem ich hier lebe, eine Zeit, die mein Leben in ein neues Licht getaucht hat. Drei Kilometer außerhalb von Kampot hat die Welt ihr eigenes, ruhigeres Tempo. Hier wird niemand von einer Straßenbahn geweckt, sondern von Dingen, die nicht um Erlaubnis fragen: Wind, Hähne, ein entfernter Motor auf der roten Erde, die zur Stadt führt. Ich setze mich auf, bleibe einen Moment still und lasse den Blick durch den Raum wandern. Das Haus ist bewusst schlicht: glatte Böden, weiße Wände, große Glasflächen, die das Grün hereinholen. Kein Kitsch, keine Erinnerungsstücke an allen Ecken. Die Erinnerungen wohnen ohnehin im Kopf, und der ist hier draußen klarer als irgendwo sonst.

In der Küche schaltet sich das Licht nicht scharf, sondern warm ein. Ich öffne die Tür zur Terrasse, und die Luft hat diesen Mischton aus Feuchtigkeit und Erde, einem Hauch von Holzkohle aus einer fernen Küche und dem süßen Atem der Mangobäume. Karli trottet heran, sein Schritt so leise wie seine Erwartungen. Er braucht keine großen Auftritte – ein Blick: „Alles gut?“ – und die Sache ist erledigt. Ich hänge die Gießkanne ein, drücke die Nase an ein Blatt Zitronengras, das noch kühl von der Nacht ist, und prüfe mit dem Daumen die Erde der Töpfe. Ich lebe modern – Strom, Klima, Warmwasser, verlässliches Internet –, aber die Gewissheit, dass alles funktioniert, hängt hier trotzdem an kleinen Handgriffen. Ein Haus ist kein Hotel; es will nichts für den Gast sein, es will etwas für die, die bleiben.

Im Arbeitszimmer liegt Ordnung. Grüne Register für Dialoge, blaue für Aussprache, gelbe für Notfälle – Unterrichtsüberraschungen, die man nicht planen kann, aber abfangen muss. Ich lege die Hände auf den Tisch und bleibe kurz einfach nur da. Früher war mein Tag ein Staffellauf aus Telefonaten, Lieferungen, Küchenwärme und Stimmen. Jetzt ist er ein Puzzle aus Stunden, in

denen ich mich einem Menschen widme, der am anderen Ende der Welt sitzt und Deutsch lernen will, weil sein Leben das verlangt. Irgendwann habe ich begriffen, dass auch das Gastgebersein ist. „Papa?“ Lauras Stimme hängt noch halb in der Nacht fest. Ein Scharren, dann steht sie in der Tür, Haare – ein kleines Gewitter, Augen – noch ohne Agenda. „Ist schon so hell?“. „Die Sonne hat nicht gefragt“. Ich klopfe auf den Stuhl neben mir. „Komm. Nur kurz“. Sie setzt sich, stützt das Kinn in die Handflächen und sieht durch das Glas in den Garten, wo die ersten Insekten geräuschvoll tätig werden. Wir reden morgens nicht, weil man es so macht, sondern wenn es etwas zu reden gibt. Heute gibt es etwas: „Wir sollen in der Schule ein Interview machen. Mit jemandem, der im Ausland lebt. Also… du lebst ja hier. Zählt das?“. „Ich lebe nicht im Ausland“, sage ich. „Ich lebe hier“. Sie grinst. „Das ist eine gute Antwort für mein Interview“. „Frag, was du willst“. Ich lehne mich zurück. „Nicht jetzt. Später. Wenn du fertig überlegt hast, was du wirklich wissen willst“. Sie nickt ernst, als hätte ich ihr ein Werkzeug in die Hand gedrückt. „Okay“.

Ich gehe den Tagesplan durch. Er beginnt ungewohnt früh, weil in Madrid die Nacht für eine Ärztin endet, die eine Frühschicht übernommen hat. Danach ein Student aus Hanoi – Stipendium, gute Grammatik, unruhige Aussprache –, später eine Pflegekraft aus Wuppertal, die nie „Pflegekraft“ sagt, sondern „Schwester“, weil manche Worte nicht mit Umzügen reisen. Europa blinkt auf dem Bildschirm. „Guten Morgen“, sagt Madrid und meint: „Ich habe kaum geschlafen“. Ich höre zu, bevor ich lehre. Bei der Fachsprachprüfung geht es nicht um perfekte Fälle, sondern um Sätze, die ein Gesicht bekommen. Wir üben Aufklärung vor einer Untersuchung. „Langsam“, sage ich. „Nicht, weil die Patientin dumm ist, sondern weil sie aufgeregt ist. Es gibt Wörter, die werden nur gehört, wenn sie Platz haben“. Beim dritten Versuch hat der Satz Schultern bekommen. Man könnte sich anlehnen. Die Verbindung steht, die Stunde fließt, und als wir uns verabschieden, wirkt der Krankenhausflur hinter ihr weniger klinisch. „Danke“, sagt sie. Ich nicke. Auch das ist Handwerk: Mut einschleifen, bis er nicht mehr klappert.

Zwischen den Stunden hängt der Garten wie ein stiller Vorhang vor der Tür. Ich trete hinaus, gehe den Weg zwischen den Palmen ab und schiebe den Blick über die Reisfelder, die jetzt aber keine sind – Trockenzeit; nur die Geometrie der Schollen ist geblieben. Ein Nachbar hebt kurz die Hand, ich hebe zurück. Wir mögen uns, ohne uns Geschichten aufzuzwingen. Laura sitzt auf der Stufe,

die Knie angezogen, Karli den Kopf auf ihren Füßen. „Interviewfrage eins“, sagt sie. „Warum gerade Kambodscha?“. Ich setze mich neben sie. „Weil ich hier zuerst angekommen bin, bevor ich hier bleiben wollte“. „Das ist keine Antwort“. Sie stößt mich an. „Doch. In Sihanoukville bin ich angekommen, ohne zu wissen, dass das so heißt. Und später, als ich ging, wusste ich, dass ich bleibe – in diesem Land. Nicht an diesem Ort“. Sie sieht mich eine Weile an, wie man einen Text betrachtet, den man gleich abschreiben will. „Okay. Nächste Frage später“. Die zweite Stunde gehört Hanoi. Der Junge auf dem Bildschirm hat diese Mischung aus Scham und Ehrgeiz, die man bei Menschen sieht, die alles richtig machen wollten und gemerkt haben, dass „richtig“ ohne „lebendig“ nicht reicht. Ich lasse ihn von seinem Großvater erzählen, der ihm Vokabeln abgefragt hat, indem er die Gegenstände im Hof zeigte. In der dritten Minute sagt er „Heimat“, ohne dass es im Lehrplan stand. Danach geht das „ch“ in „Dach“ plötzlich leichter. Sprache ist kein Schrank. Sie ist ein Hof.

Der Tag schiebt sich weiter wie ein Boot, das gegen die Strömung nicht ankommt, aber trotzdem fährt. In den Pausen sortiere ich Mappen, schärfe einen Bleistift, lege Karten bereit, auf denen nur drei Sätze stehen: Langsam. Atmen. Wiederholen. Das sind die Notstopps für Momente, in denen jemand im Kopf stolpert und glaubt, gefallen zu sein. Ich weiß, wie sich das anfühlt. Mein Körper schreibt mir mittlerweile Punkte in die Tagesagenda, die da früher nicht standen. Parkinson ist kein Donner, sondern ein gleichmäßiger Regen. Man wird nass, ohne dass einer ruft: „Schirm!“. Also habe ich einen: Rhythmus, Pausen, Wasser, Humor. Und Laura, die leise die Zeit an den richtigen Stellen festhält.

Am frühen Abend brennt das Licht im Arbeitszimmer, und draußen wird es dunkler, ohne dass die Wärme nachlässt. Die Pflegekraft aus Wuppertal spricht mit Händen, die man auch durch die Kamera sieht. „Manchmal verstehen sie uns nicht“, sagt sie und meint die Angehörigen. „Nicht die Worte. Uns“. Wir bauen Sätze, die niemandem beweisen wollen, dass wir klug sind. „Ich bleibe kurz hier“, sage ich und lasse sie wiederholen. „Ich bleibe kurz hier“. Der Satz bekommt Gewicht, landet auf dem Tisch zwischen uns. Später hält man ihn, ohne zu merken, dass er da ist. Laura kommt zur Tür, hebt die gelbe Mappe und legt sie kommentarlos neben den Laptop. Ich muss grinsen. „Für den Fall der Fälle“ – der Running Gag unserer Arbeit. Heute brauche ich sie nicht. Aber es hilft, zu wissen, dass sie da ist. Wie ein Lichtschalter, den man selten benutzt, der trotzdem immer funktionieren muss.

Als die letzte Verbindung endet, sind die Felder schwarz und der Himmel ein Spiegel, in dem sich ein Hundehalsband verfängt, wenn man nicht aufpasst. Wir kochen – nichts Besonderes, gerade deshalb gut. Reis, etwas Omelett, Tomaten mit Minze. Karli bekommt seinen Anteil, den er nie einfordert. Auf der Terrasse reden wir über nichts und alles: ihr Interview, meine Papaya, die Ameisenstraße an der Mauer, die so zuverlässig ist wie ein Fahrplan. Dann fragt sie: „Hast du manchmal Angst?“. „Ja“. Ich trinke einen Schluck Wasser. „Vor Tagen, die zu eng werden. Vor Sätzen, die nicht kommen. Vor Dingen, die ich nicht mehr tragen kann. Aber Angst ist nicht Chef“. „Wer ist Chef?“. „Wir“. Ich tippe ihr gegen die Stirn. „Du da. Und ich da“.

Später, als sie im Zimmer verschwindet und die Tür anlehnt, bleibe ich noch draußen sitzen. Die Luft hat diesen Ton, den man nur hört, wenn man aufhört, ihn zu suchen. Ich denke an Sihanoukville. An einen Innenhof mit Bierbanktischen, an Charlie, wie er mit einer Sonnenbrille die Rezeption besetzt hielt, als wäre sie sein Kapitänsbrücke. An gelbes Papier mit rotem Stempel. An die Kreide an der Wand: Hier hat einmal jemand geglaubt, dass man mit Herz ein Zuhause schaffen kann. Und er hatte recht. Ich muss lächeln. Zuhause ist kein Ort. Zuhause ist eine Praxis. Als ich das Licht ausmache, nehme ich mir noch drei Sätze mit ins Dunkel: Morgen langsam anfangen. Die Papaya vor den Ameisen retten. Lauras Fragen ernst nehmen. Mehr Plan braucht es nicht, um ein Leben weiterzuführen. Der Rest ist Anwesendsein.

Kapitel 2 – Das Geräusch von Ordnung

Der zweite Morgen beginnt nicht mit Licht, sondern mit einem Ton: Metall auf Stein, kurz, hell, nicht bedrohlich. Ich öffne die Tür – der Nachbar steht am Tor, ein Messer in der Hand, Blick fragend. Er sagt nichts, ich auch nicht, und trotzdem ist klar, worum es geht. Ich hole den Schleifstein, wir stellen uns auf die Terrasse, Wasser läuft dünn über die graue Platte, und die Klinge findet ihren Winkel. 15 Grad, vielleicht 17, mehr braucht sie nicht. Schärfen ist Geduld, kein Kraftakt. Laura kommt barfuß dazu, beobachtet den Rhythmus – Zug, Atem, Zug – und fragt dann mit ernster Stimme: „Kann man Worte auch schärfen?“. Der Nachbar lacht, versteht nicht jedes Wort, aber den Humor. „Ja“, sage ich. „Man muss nur wissen, wofür man sie benutzt“. Sie nickt, als hätte sie einen kleinen Vertrag mit der Sprache unterschrieben.

Bevor der Unterricht beginnt, gehe ich an die Papaya. Mit einer Hand gegen den Stamm, mit der anderen halte ich die Frucht, die schon gelblich geworden ist. Ein nachgiebiges Gewicht, ein Versprechen. Ich schneide den Stiel sauber, halte die Schale kurz ans Licht. Laura ruft: „Stopp! Foto!“. Sie macht eines, lacht, und in diesem Lachen sitzt die ganze Selbstverständlichkeit, mit der sie zwischen Welten lebt. Deutsch in der Küche, Englisch in der Schule, Khmer am Tor, Emojis im Chat. Als ich in ihrem Alter war, kannte ich Landkarten. Sie kennt Achsen.

Im Arbeitszimmer wartet eine Überraschung: eine Nachricht aus Köln, eine Ukrainerin, Ingenieurin, Gespräch heute spontan – Bewerbung morgen. Gelbe Mappe. Ich freue mich kurz über mich selbst, weil die Ordner da sind, wo sie sein sollen, und dann über sie, weil sie fragt, bevor sie stolpert. Wir beginnen mit dem, was schwer ist: „. „Erzählen Sie von sich“ – für viele klingt das nicht nach einer Einladung, sondern nach einem Abgrund.

Wir legen Brückenbretter: Herkunft, Motivation, ein Beispiel.

Ich kürze, streiche, lasse Pausen entstehen.

In der zehnten Minute erzählt sie von einem Fahrrad, das sie als Kind gemeinsam mit ihrem Vater reparierte – und plötzlich hat die Ingenieurin ein Gesicht, eine Geschichte.

Später sagt sie leise: „Ich habe Angst, nicht genug zu sein.“

„Sie sind kein Inventar“, antworte ich. „Sie sind ein Mensch.“

Zwischen zwei Terminen räume ich eine Schublade auf, die es nicht nötig hätte. Es ist eine Art Meditation: Heftklammern zu Heftklammern, Stifte, die schreiben, bleiben, die anderen gehen. Ordnung ist kein Fetisch. Sie ist eine Krücke, wenn der Tag ins Taumeln gerät. Parkinson nimmt niemandem den Kopf, aber er fordert die Hände heraus. Ich habe gelernt, die Arbeit so zu verteilen, dass sie mich nicht beißt: 25 Minuten Fokus, fünf Minuten gar nichts, und „gar nichts“ heißt: in den Garten sehen oder Karli die Ohren kraulen. Es ist erstaunlich, wie produktiv man wird, wenn man aufhört, produktiv sein zu wollen. Die nächste Stunde ist Madrid, diesmal nicht im Pausenraum, sondern im Wohnzimmer einer kleinen Wohnung. Eine Pflanze im Hintergrund, ein Sofa, das schon Geschichten gehört hat. „Ich kann nicht langsam“, sagt sie auf Spanisch und lacht. „Dann üben wir genau das“, sage ich auf Deutsch. Wir sprechen über Nebenwirkungen, über Erklärungen, die nicht wie Entschuldigungen klingen, und über das Wort „möglicherweise“, das so gerne zu schnell gesprochen wird, weil man sich seiner nicht sicher ist. Als wir fertig sind, schreibt sie „möglicherweise“ drei Mal in ihr Heft. Ich glaube, das Wort hat jetzt weniger Angst vor ihr und sie ein wenig weniger vor ihm.

Mittags schneide ich die Papaya auf. Laura steht bereit, ein Teller, eine Gabel, Gesicht im Arbeitsmodus. Die Kerne glitzern wie kleine, dunkle Perlen, die sich nicht beeindrucken lassen. „Wusstest du“, sage ich, „dass manche Leute die Kerne trocknen und mahlen?“. „Für was?“. „Mut.“ – Sie lacht. „Du erfindest das“. Ich zucke mit den Schultern. „Vielleicht“. Wir essen schweigend, weil es Dinge gibt, die man nicht nebenbei erledigt. Karli sitzt brav, bekommt ein Stück, das ich zu groß schneide, damit er mehr zu tun hat. Draußen zieht Wind über die Felder, warm, aber mit Kante. In der Ferne ruft jemand, es klingt nach Arbeit.

Am Nachmittag beginnt Laura mit ihrem Interview. Sie hat Fragen auf Karteikarten geschrieben, jede mit einer kleinen Zeichnung in der Ecke: ein Haus, eine Palme, ein kleiner Globus. „Frage eins: Wenn du heute noch mal nach Kambodscha kommen würdest – was würdest du als Erstes tun?“. –

„Nichts“, sage ich. „Zwei Tage lang gar nichts. Gucken, hören, nicht gleich entscheiden, was gut ist und was schlecht. Das Land sagt dir schon, wie es tickt“. – Sie notiert: Zeit geben. „Frage zwei: Was war das Schwerste am Anfang?“. – „Wissen, wem man vertrauen kann. Es gibt keine Bedienungsanleitungen für Menschen.

Aber es gibt Hinweise: Wer zu schnell hilft, will manchmal zu schnell etwas zurück“. – Sie nickt, als wäre das eine Regel, die sie später brauchen wird. Vielleicht braucht sie sie nie. Regeln sind Karten. Das Gelände entscheidet. „Frage drei: Bist du hier zu Hause?“. – „Ja“. – „Warum?“. – „Weil ich nicht mehr ständig erklären muss, warum ich geblieben bin“. – Sie legt die Karteikarte weg und lächelt. „Das ist meine Lieblingsantwort“.

Am Abend ziehe ich mit der blauen Mappe ins Arbeitszimmer: Aussprache. Ein junger Mann aus Marokko kämpft mit „pf“ und „sp“. Wir lachen über „Apfel“ (zwei Bomben in einem Wort) und über „Sport“ (das s hat seine eigene Meinung). Als die Stunde vorbei ist, ist sein Mund müde und sein Gesicht stolz. „Morgen wieder?“, fragt er. „Morgen wieder“. Die Luft draußen ist schwer und macht doch Platz. Ich setze mich auf die Stufe, höre den Garten, der nicht leise, sondern gedämpft ist, wie ein Theater, das gerade umgebaut wird. Laura kommt mit zwei Gläsern Wasser. „Noch eine Frage“, sagt sie. „Ist dir hier jemals langweilig?“. „Manchmal“, sage ich. „Aber ich verwechsle das nicht mehr mit Unglücklichsein“. „Wie unterscheidet man das?“. „Wenn es ruhig ist und du das Gefühl hast, du müsstest dringend etwas tun – das ist Ungeduld, nicht Unglück. Wenn es ruhig ist und du merkst, du atmest besser – das ist Glück, das so tut, als sei es gar keins“. „Das schreibe ich nicht auf“, sagt sie. „Das merke ich mir“. Bevor wir schlafen gehen, schaue ich noch einmal auf den Stundenplan. Morgen ist dicht. Gut so. Ich klappe den Laptop zu, lösche die Lichter, und das Haus wird dunkel, ohne schwarz zu werden. Die Klimaanlage setzt an, als wüsste sie, dass heute kein Sturm kommt, sondern nur Nacht.

Kapitel 3 – Regen, der an Türen klopft

Es fängt nicht mit Tropfen an, sondern mit dem Abschalten der Farbe. Der Himmel wird grau, dann dunkelgrau, dann ein Ton, den man nur „Regenbereit“ nennen kann. Ich höre, wie die ersten schweren Tropfen das Dach testen, dann lassen sie es drauf ankommen. Das Prasseln ist keine Musik; es ist Arbeit. Die Dachkante fängt an zu sprechen, das Fallrohr räuspert sich, die Pfützen vernetzen sich zu kleinen Staaten. „Darf ich?“, ruft Laura aus der Tür, meint: barfuß raus. „Drei Minuten“, sage ich und halte die Hand hoch, als hätte ich eine Stoppuhr im Blut. Sie rennt, schreit, lacht, dreht sich, hält das Gesicht in den Regen, der keine Sekunde kostet und trotzdem das Wertvollste ist, was es gibt. Karli läuft zwei Schritte mit, entscheidet sich dann dagegen. Weiser Hund.

Im Arbeitszimmer sorge ich vor. Offline-Material in Reichweite, Hotspot als Plan B, Headset geladen. Ich habe gelernt, mit der Unzuverlässigkeit zu rechnen, ohne sie zum Drama zu machen. Wenn die Verbindung fällt, fällt sie. Dann spreche ich langsamer, schreibe im Chat mit, wiederhole, bis der Satz ankommt. Kein Schüler ist je an einem Stromausfall gescheitert, aber viele am Gefühl, dass jemand ungeduldig wurde. Die erste Leitung hält. Eine Ärztin aus Lissabon – Umweg über Spanien – sitzt im Dienstzimmer und hat die Stirn eines Menschen, der wenig schläft und viel entscheidet. Wir üben schlechte Nachrichten. Kein Thema, das man auf harmlose Weise abschließen kann. „Kürzer“, sage ich, „aber nicht kühler“. Sie versucht es, bricht ab, versucht es wieder. Am Ende ist da ein Satz, der kein Messer ist, sondern eine Hand. Wir beenden früh. „Danke“, sagt sie und sieht aus dem Fenster. Ich nicke, obwohl sie das nicht sieht.

Als ich die Tür zum Garten öffne, ist der Regen auf halbe Kraft runter. Die Luft ist frisch, die Erde dunkel, die Blätter glitzern, als hätte jemand ein Tuch über die Welt gelegt und es dann wieder weggezogen. Ich denke an das Savory, an einen Abend, als der Regen die Gäste in den Hof gedrückt hat, weil alle dachten, drinnen sei es enger. Es war nicht. Drinnen war nur dichter. Charlie saß mitten auf der Theke, als hätte er den Regen bestellt. Ich habe an dem Abend zum ersten Mal verstanden, dass Menschen weniger ein Dach als einander suchen.

Die zweite Stunde ist Berlin – ein Ingenieur, der in Sätzen denkt, die keine Nebenräume haben. Wir bohren Fenster hinein. Ich lasse ihn einen Fehler erzählen, der gut ausging, und er erzählt zunächst, wie man das nicht macht:

ohne Ich, ohne Gefühl, nur Daten. Ich stoppe, bitte ihn, denselben Moment so zu erzählen, wie er ihn seinem Sohn erzählen würde. Plötzlich ist da Luft.

Am Ende sagt er: „Danke, das nehme ich so“. – „Nehmen Sie es überallhin“, sage ich. Laura kommt, tropfnass, wickelt sich in ein Handtuch und setzt sich mir gegenüber auf den Boden. „Noch eine Interviewfrage“, sagt sie und zupft an der Kante des Tuchs. „Würdest du wieder Hotels machen, wenn du könntest?“. Ich denke kurz. „Ich würde wieder Gastgeber sein. Das ist nicht dasselbe“. Sie nickt, als wisse sie genau, was ich nicht gesagt habe. „Guter Satz“.

Am späten Nachmittag fällt das Netz tatsächlich. Ich starte Plan B, Plan C, Plan C½. Der Schüler in Zürich lacht, als das Bild ruckelt. „Wir schaffen das schon“, sagt er. „Sie in Kambodscha, ich in der Schweiz – und das Kabel irgendwo dazwischen hat Bauchweh“. Wir nehmen den Druck raus, verschieben eine Übung, konzentrieren uns auf das, was geht: Hörverstehen ohne Bild. Als die Leitung wieder stabil ist, sind wir beide entspannter als vorher. Der Regen lässt nach, bevor die Nacht kommt. Die Frösche beginnen ihr Konzert, ohne auf Applaus zu warten. Wir essen Nudeln mit Gemüse und Fischsauce; Laura behauptet, ich hätte übertrieben, ich behaupte, sie übertreibt. Karli sitzt unparteiisch daneben und hofft auf Restgerechtigkeit. Später schauen wir Fotos: sie viel kleiner, ich viel müder, Charlie auf der Theke, ein Krokodilschwanz in einem Teich, den ich tatsächlich mal „Teich“ genannt habe. Wir lachen. Lachen ist ein Archiv, in dem die wichtigen Dinge nicht verstauben. „Letzte Frage heute“, sagt Laura, als sie die Zahnbürste im Mund hat und die Worte deshalb runder werden. „Was willst du, dass ich von hier mitnehme?“. „Dass Ruhe kein Zufall ist“, sage ich. „Sie ist gebaut. Von dir“. Sie nickt, spuckt, lacht. „Chef bin also ich“. „Schon lange“, sage ich.

Bevor ich schlafen gehe, schreibe ich drei Dinge in mein Notizbuch: Langsam sprechen – auch zu mir. Morgen gelbe Mappe zuerst. Ameisenstraße links am Tor beobachten. Man muss nicht viel wissen, um klar zu kommen. Man muss nur merken, wenn man es weiß.

Kapitel 4 – Laura stellt die Welt auf

Der Vormittag gehört ihr. Nicht, weil die Schule ausfällt, sondern weil ihre Lehrerin das Interview-Projekt ernst nimmt und „echte Zeit“ verlangt. Laura baut sich am Esstisch ein kleines Studio – Karten, Stifte, Klebestreifen, ihr Tablet für Tonaufnahmen. „Du musst nicht in die Kamera sehen“, sagt sie professionell. „Wichtig ist, dass du nicht zu schnell bist“. – „Das sagst du dem Falschen“, antworte ich. „Frage eins“, beginnt sie und nimmt die Pose einer Talkmasterin ein, die auch ohne Gäste Publikum hätte. „Wie baut man sich ein Zuhause in einem Land, das nicht das Land deiner Kindheit ist?“. „Indem man aufhört, sich zu benehmen, als wäre man auf Besuch“. – Sie schreibt aufhören, Besuch auf die Karte, als wäre das ein Rezept. „Frage zwei: Was ist das eine Geräusch, an dem du merkst, dass du hier bist?“. – „Die Kühlschrankdichtung, wenn sie am Ende kurz ansaugt. Und die Mopeds, die zu weit weg sind, um einzelne Motoren zu sein“. – Sie sieht mich an. „Das sind zwei“. – „Dann nimm beide“. „Frage drei: Was war schwerer – Hotels führen oder allein erziehen?“. – Ich lasse mir Zeit. „Unterschiedlich schwer. Hotel: viele Menschen, ein System, das man bedienen muss, auch wenn es falsch ist. Vatersein: ein Mensch, ein System, das man baut, während man darin wohnt. Beide Jobs haben Nachtschichten“. Sie legt den Stift weg. „Okay. Jetzt kommt die Königsfrage: Würdest du etwas ändern, wenn du könntest?“. „Ich würde früher lernen, ‚Nein‘ zu sagen. Und ich würde früher merken, was ich schon richtig mache“. Sie nickt langsam. „Das ist keine schlechte Antwort“. – „Danke, Frau Chefredakteurin“. Nach dem Interview ist sie erschöpft, wie nach echter Arbeit. Ich mache uns Tee mit Minze, Palmzucker – der vom Neffen des Nachbarn – und wir sitzen schweigend da, als hätte die Stille jetzt einen Titel.

Später, im Unterricht, schalte ich ins Ruhrgebiet. Ein Mann Ende fünfzig, unfreiwillig früh verrentet, lernt Deutsch, „damit der Kopf nicht rostet“. Wir lesen kurze Texte, aber eigentlich lesen wir ihn. Er hat Witze, die ein bisschen aus der Zeit gefallen sind, und eine Wärme, die bleibt, wenn der Bildschirm schwarz wird. „Ich dachte, ich kann nix mit Sprachen“, sagt er am Ende. „Sie können was mit Menschen“, sage ich. „Das hilft“.

Am Nachmittag holt der Nachbar sein Messer ab. Er fährt die Klinge an den Daumen und nickt: „Gut“. Er bringt Bananen – die Kleinen, die mehr Eigenwillen haben – und bleibt kurz stehen, als wolle er etwas sagen, findet dann aber kein Wort, das nicht zu groß wäre. Er hebt die Hand, ich heb zurück. Man kann in Kambodscha ganze Gespräche mit der Hand führen. Laura will am Abend kochen. „Deutsche Küche, Papa“. – „Okay. Aber du rührst die Zwiebeln“. – „Ich rühre wie ein Profi“. Sie schneidet konzentriert, die Zunge zwischen den Zähnen, rührt mit ernster Miene, als hinge das Wetter davon ab. Wir machen Bratkartoffeln, die Küche riecht nach Zuhause auf einem anderen Kontinent, und wir lachen über Dinge, die so simpel sind, dass sie genau deshalb heilig sind.

Später sitzen wir auf der Terrasse, und sie liest mir ihren Interviewtext vor. Er ist besser, als ich ihn gemacht hätte – klar, freundlich, ohne weich zu sein. „Du musst nur unterschreiben“, sagt sie. – „Ich unterschreibe alles, was du schreibst“, sage ich. – „Das ist gefährlich“, sagt sie und grinst. Bevor ich das Licht lösche, schreibe ich Laura ernst nehmen – auch wenn’s witzig ist in mein Heft. Es ist seltsam, wie viel leichter das Leben wird, wenn man akzeptiert, dass elfjährige Menschen manchmal die besseren Produzenten sind.

Kapitel 5 – Das kleine Reich vor der Tür

Die kleine Straße vor unserem Haus ist keine Adresse. Sie ist ein Strom. Morgens trägt sie Schuluniformen und Plastikschuhe, mittags Gemüse und das Lachen von Menschen, die etwas verkauft oder gekauft haben, abends Mopeds mit zwei, drei, vier Menschen, die zusammen in die Dämmerung fahren. Ich stehe am Tor, nicht um etwas zu erwarten, sondern um die Gegenwart zu begrüßen. Ein Händler bleibt stehen, zeigt auf seine Bananen. Ich zeige auf meine Papayas. Wir lachen, tauschen, ohne die Sprache lange zu bemühen. Eine alte Frau geht vorbei, sieht Laura, legt die Hand an die Stirn und winkt – ein Gruß, der beides ist: „Ich sehe dich“ und „Bleib gesund“. Laura winkt zurück, ganz im Ernst. Gesundheit ist hier kein Wellnesswort. Sie ist ein tägliches Projekt.

Im Arbeitszimmer wartet eine Stunde, die ich mag: Konversation mit einer Frau aus Bilbao, die in Hamburg in einer Kita arbeitet. Wir reden über Kinder, die in Sprachen baden, und über Eltern, die Angst haben, dass ihre Kinder nichts „Richtiges“ lernen, wenn sie zu viel spielen. „Spielen ist das Richtige“, sage ich. „Es ist nur schlecht, wenn Erwachsene mitspielen und den Kindern erklären, wie man spielt“. – Sie lacht und notiert sich den Satz, als wäre er eine Telefonnummer.

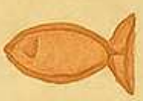
Mittags klingelt jemand. Es ist der Neffe vom Nachbarn, der Palmzuckerjunge. In der Hand eine Plastiktüte, darin etwas, das nach einem Ferienkurs für meine Zähne aussieht. „Für Tee“, sagt er, „und für stark“. Ich lade ihn kurz auf die Terrasse ein, wir reden mit Händen und drei Sprachen, von denen wir zwei halb und eine viertel können, und trotzdem kommen wir an. Laura holt zwei kalte Gläser Wasser, setzt sich dazu, und plötzlich ist das hier kein Unterricht, keine Gastfreundschaft, sondern einfach ein Tisch, an dem Menschen sitzen.

Am Nachmittag, als die Hitze sich wie ein Tuch über alles legt, mache ich etwas, das ich selten mache: Ich lege mich fünfzehn Minuten hin. Kein Schlaf, nur Augen zu, Hände auf den Bauch, zählen. Parkinson ist ein geduldiger Gegner, wenn man ihn wie einen Mitbewohner behandelt, der seine Ruhezeiten hat. Später laufe ich leichter, die Hand ist ruhiger, die Stimme warm.

Ordnung wirkt nach, auch wenn man sie nicht sieht. Die letzte Stunde des Tages gehört einem jungen Mann aus Zürich, der seit Jahren Deutsch lernt und sich nie traut, zu sprechen, wenn Muttersprachler in der Nähe sind. „Die hören jeden Fehler“, sagt er. „Ja“, sage ich, „und sie hören auch jeden Mut“. Wir machen eine Übung, die nicht im Buch steht: Er ruft ein deutsches Café an (einen Kumpel von mir, der eingeweiht ist) und bestellt einen Tisch. Als er auflegt, sieht er aus, als hätte er den Mont Blanc bestiegen. „War das schwierig?“, frage ich. „Nein“, sagt er. „Das war neu“.

Abends kommt der Wind vom Fluss her, die Palmen antworten. Laura legt den Kopf auf meinen Arm. „Noch eine Frage?“. – „Immer“. – „Wenn du morgen nicht mehr unterrichten würdest – wer wärst du dann?“. Ich denke nach. „Dann würde ich wahrscheinlich immer noch Menschen zuhören. Und versuchen, ihnen die Angst vor der eigenen Stimme zu nehmen“. – „Also wärst du immer noch du“. – „Ja“, sage ich. „Das wäre der Plan“. Sie nickt, zufrieden, klopft mir auf die Schulter, steht auf und ruft Karli. Die beiden verschwinden im Haus, wo das Licht warm ist und die Nacht geduldig. Ich bleibe noch eine Minute sitzen, nicht weil ich muss, sondern weil man manche Tage zu Ende gucken sollte. Dann stehe ich auf, lösche die Außenlampe und nehme das kleine Reich vor der Tür mit hinein. Es passt in eine Handbewegung. Man muss sie nur machen.

WEEKLY SCHEDULE

	06:00	07:30	09:00
Mo	Basel	Basel	Phnom Penh
Di		Basel	Phnom Penh
Mi	Basel	UTC-7	UTC-7
Do	Basel	UTC-7	UTC-7 UTC+10
Fr	Phnom Penh	Phnom Penh	UTC+7
Sa	Phnom Penh		

Kapitel 6 – Vormittag im Dreischichtbetrieb

Die Stundenliste hängt mit Magneten am Kühlschrank: Uhrzeiten in Khmer, Deutsch und in UTC, daneben kleine Symbole, die Laura für mich gemalt hat – ein Stethoskop für die Ärztinnen, ein Zahnrad für Ingenieure, ein Buch für Studierende. Es ist unser stilles Familienprojekt: mein Unterricht als Uhrwerk, das in drei Kontinenten gleichzeitig tickt. Um halb sieben sitze ich am Schreibtisch. Kein Lampenlicht, nur das helle Rechteck des Fensters über dem Monitor. Auf der anderen Seite des Bildschirms: Biljana aus Skopje, seit zwei Jahren in München. „Heute nur Sprechen“, sagt sie, „mein Kopf ist voll“. Wir gehen eine Runde „Alltag ohne Helden“: Supermarkt, Arzttermin, Post. Sie stockt beim Wort „Einschreiben“. Ich lasse sie die Szene spielen: Wartenummer ziehen, an die falsche Theke, zurück, ein Lächeln, das alles rettet. Als sie lacht, weiß ich, dass wir angekommen sind – nicht in Deutschland, sondern in ihrer Gelassenheit. Fünf Minuten Pause. Ich stelle Wasser auf den Tisch, atme durch, setze mich aufrecht hin. Meine rechte Hand zittert heute leise wie ein übermüdeter Vogel. Ich lege einen weichen Ball daneben. Kein Kampf, nur Gegenangebot: Wenn du willst, drück hier. Nächster Call: Marwan in Zürich. „Ich höre mich an wie eine Bedienungsanleitung“, sagt er. Also bauen wir Umwege in seine Sätze: „Ich glaube“, „Ehrlich gesagt“, „Daran denke ich seit Tagen“. Er probiert „ehrlich gesagt“ und bleibt dabei hängen, als hätte er gerade eine Jacke angezogen, die ihm passt. „So rede ich mit Freunden“, sagt er. „Dann rede so“, sage ich, „auch wenn ein Chef zuhört.“. Um zehn Uhr: Ae aus Bangkok, Flugbegleiterin. Wir wechseln auf Headset. Sie liest, stolpert über „Gegenstände“, rettet sich mit einem Blick, den sogar die Kamera mag. „Noch mal“, sage ich. Zweimal später klingt es wie eine Hand, die sanft auf eine Schulter gelegt wird. Sicherheit ist auch Tonlage. Als der Vormittag zu Ende ist, stehe ich auf, laufe einmal durch das Haus, bis zur Terrasse und zurück. Nur genug, damit der Körper merkt: Wir sind kein Kopf mit Anhängsel, wir sind eine Einheit. Auf dem Weg zurück streiche ich Karli über den Rücken. Er hebt den Kopf, fragt nichts, begleitet mich bis zum Schreibtisch und legt sich dorthin, wo meine Füße gleich landen. Ordnung ist auch ein Gefühl von einem Tier, das nicht mit dir redet, aber immer da ist.

Die Mittagspause ist keine Pause, sondern eine Verabredung mit mir selbst. Laura ist in der Schule. Ich gehe in die Berge, nicht weit, nur bis zum ersten kleinen Tempel. Ein Mönch kehrt den Platz, hebt ein Lächeln für mich auf und kehrt weiter. Es ist ein Ort der absoluten Stille. Ich setze mich hin und warte. Auf nichts. Nur darauf, dass der Wind die Blätter bewegt und die Wolken über den Himmel ziehen. Als ich zurückkomme, ist die Hand ruhiger. Und der Kopf ist leer.

Kapitel 7 – Vom Leben in zwei Welten

Der Nachmittag hat seine eigene Währung: Langsamkeit. Ein Gefühl, das man in Deutschland in der Hektik des Alltags verloren hatte. Er dehnt sich aus, füllt die Lücken, die der geschäftige Vormittag hinterlassen hat, und lädt dazu ein, innezuhalten. Ein neuer Student aus Hamburg, Mitte vierzig, sitzt mir gegenüber am Tisch im Garten. Sein Gesicht trägt noch die Spuren der IT-Branche: eine leicht angespannte Stirn, ein Blick, der es gewohnt ist, auf Bildschirme zu starren. Er will von der Welt der Programmiercodes und Algorithmen in die Welt des Tourismus wechseln, eine Welt, in der die Sätze nicht nach Effizienz, sondern nach Sonne und Meer riechen.

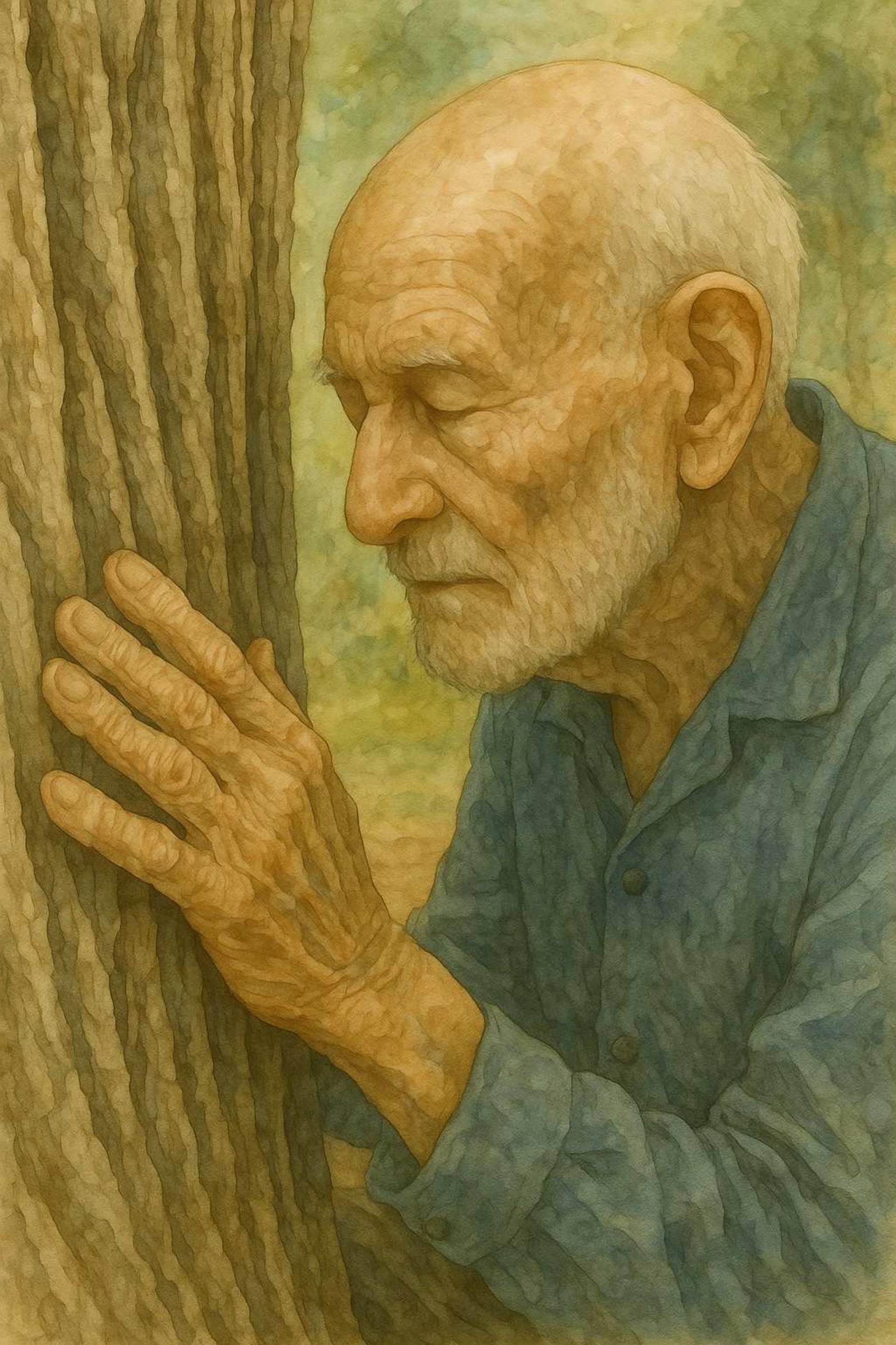
Wir reden über Sprache, die hier anders funktioniert. Über Sätze wie „Guten Tag, wie kann ich Ihnen helfen?“, die keine einfache Frage sind, sondern ein Versprechen, sich um jemanden zu kümmern. Es ist ein Angebot, nicht nur Informationen zu geben, sondern ein Stück dieser neuen, ruhigeren Welt zu teilen. Und wir reden über Sätze wie „Danke für Ihre Hilfe“, die hier nicht bloß eine höfliche Floskel sind, sondern ehrlich. Eine echte Anerkennung der Zeit und des Aufwands, den jemand investiert hat. Er erzählt von seinem Leben in Deutschland, wie alles schnell gehen muss, wie die E-Mails keine Geduld mehr haben und wie jeder Satz auf Effizienz getrimmt ist. Ich antworte: „Hier gehen E-Mails langsam, aber die Menschen reden schneller.“ Es ist ein Paradoxon, das man erst verstehen muss. „Man muss beides lernen.“ Er lacht, ein trockenes, leises Lachen, das die Anspannung von Jahren abwirft. „Ich glaube, das ist leichter als gedacht.“ Ich sehe, dass er es wirklich hofft, dass er daran glauben will, dass dieser Wechsel gelingt.

Als die Sonne tiefer steht und längere, goldene Schatten auf den Boden wirft, kommt Laura von der Schule. Ihre Schritte sind leise, als würde sie die Stille des Nachmittags nicht stören wollen. Sie hat eine kleine Plastiktüte dabei, in der ein Glas mit einem winzigen, weißen Fisch ist. Ihre Hände halten es fest, als wäre es das Kostbarste der Welt. „Der hatte es in der Schule schwer“, sagt sie, ihre Stimme ist leise, fast ein Flüstern. „Die anderen haben ihn immer gejagt und geärgert. Ich habe ihn gerettet.“ Sie stellt das Glas vorsichtig auf den Küchentisch, und der kleine Fisch schwimmt nervös hin und her.

„Er muss sich erst an die neue Umgebung gewöhnen“, sagt sie, ihre Augen auf das Glas geheftet.

Ich antworte: „Ja. Das muss jeder.“ Ich sehe nicht nur den Fisch, sondern auch uns beide in diesem Satz. Wir sind alle kleine Fische in einem neuen, großen Aquarium, die lernen müssen, wie man hier schwimmt.

Wir kochen. Reis, Gemüse, ein bisschen Fisch. Die Gerüche von Knoblauch und Zwiebeln füllen das Haus, eine Mischung, die nach Heimat riecht, nach dem Vertrauten im Ungewissen. Wir essen auf der Terrasse, und die Nacht kommt nicht einfach. Sie legt sich wie eine schwere, warme Decke über alles. Wir reden über den Fisch, Laura hat ihm einen Namen gegeben: „Toni“. Ich frage sie, warum Toni. Sie überlegt kurz und schiebt ein Reiskorn mit dem Löffel hin und her. „Er ist klein, aber er hat einen großen Namen. Das ist mutig.“ Ein tiefer Gedanke für ein Kind, denke ich. Ich sage: „Ein guter Name. Kurze Sätze, aber eine lange Geschichte.“ Sie grinst. „Er hat sie sich verdient.“ Wir sitzen noch lange da, als die Sterne aufleuchten, die hier so viel heller und klarer scheinen als in der Stadt. Wir hören die Geräusche der Nacht, das Zirpen der Grillen, das ferne Rauschen des Meeres. Und in diesem Moment spüre ich, dass wir hier angekommen sind, nicht nur körperlich, sondern auch innerlich.



Kapitel 8 – Der erste Schritt

Am nächsten Morgen weckt uns die Sonne, nicht der Wecker. Sie ist hier keine Laune, sondern eine Konstante, ein verlässlicher Begleiter, der seine Strahlen durch die Jalousien schickt und goldene Streifen auf den Boden malt. Laura ist schon wach. Ich finde sie vor dem kleinen Aquarium, das wir für Toni aufgestellt haben, auf einem Stuhl sitzend. Sie beobachtet ihn. Er schwimmt jetzt zielstrebiger, nicht mehr in ängstlichen Kreisen. Ich frage sie, was sie denkt. „Ich glaube, er hat verstanden, dass er jetzt sicher ist“, sagt sie, ohne den Blick vom Aquarium abzuwenden. Das ist etwas, das wir uns hier alle wünschen. Sicherheit. Eine Heimat, die nicht nur ein Haus ist, sondern ein Gefühl, das sich im Bauch ausbreitet, wenn man am Morgen aufwacht und weiß, dass man hier richtig ist.

Ich mache mich fertig für den Tag. Ich habe einen Termin, der alles verändern könnte, der die Brücke zwischen dem alten und dem neuen Leben schlagen wird. Ein Treffen mit dem Bürgermeister der kleinen Stadt. Es geht um eine Genehmigung, die Tür zu meinem neuen Leben. Ich ziehe mein bestes, leichtes Hemd an. Es ist ein Hemd, das nicht nach Hamburg riecht, sondern nach dem, was hier möglich ist. Es fühlt sich an, als würde ich eine Rüstung anlegen, nicht für einen Kampf, sondern für einen Neuanfang. Laura gibt mir einen Kuss auf die Wange. „Viel Glück, Papa“, sagt sie. „Toni hat auch Glück gebraucht.“ Ihr Glaube an mich ist wie ein Anker in stürmischer See. Er hält mich fest und gibt mir die Kraft, diesen Schritt zu wagen.

Der Weg zum Rathaus führt vorbei an kleinen Läden, die ihre Türen öffnen, an Frauen, die auf dem Markt Obst und Gemüse verkaufen, an Kindern, die auf der Straße spielen und lachen. Jeder Schritt auf diesem Weg fühlt sich an wie ein neuer Anfang. Es ist ein einfacher Weg, aber jeder Schritt hat Gewicht. Er ist eine bewusste Entscheidung, hier zu sein. Das alte Rathaus steht da wie ein Fels, aus alten Steinen gebaut, die Geschichten erzählen. Im Vorraum warten schon andere Menschen, ihre Gesichter sprechen Bände über Hoffnung und Geduld.

Der Bürgermeister ist ein älterer Mann mit einem herzlichen Lächeln und faltigen Augen, die schon viel gesehen haben. Er hört mir aufmerksam zu, während ich meine Pläne erkläre: die Idee, Touren anzubieten, die nicht nur Orte, sondern Geschichten zeigen. Er nickt, stellt Fragen. Nicht die Art von Fragen, die Fallen sind, sondern die Art von Fragen, die Interesse zeigen, die nach den tieferen Gründen suchen. Er fragt mich, warum ich hierhergekommen bin, warum ich gerade diese Stadt gewählt habe. Ich überlege kurz und sage: „Weil ich hier die Langsamkeit gefunden habe, die ich gesucht habe. Und weil ich hier eine Geschichte schreiben will, die nicht schon geschrieben wurde.“ Er lehnt sich zurück, schaut mich lange an. Dann reicht er mir die Hand, seine Haut ist warm und rau. Auf dem Schreibtisch liegt ein Stempel, das Papier wartet. Er sagt: „Jede lange Geschichte beginnt mit einem ersten Satz.“

Kapitel 9 – Der Schmerz, der nicht wehtut

Ich wache auf und bemerke, dass meine Hand zittert. Es ist ein leises, unmerkliches Beben, zuerst nur ein Gefühl tief im Muskel, dann eine sichtbare Bewegung. Es ist nicht das nervöse Zittern, das man vor einem wichtigen Termin spürt, sondern eine innere, unaufhörliche Welle, die von einem Punkt in meinem Inneren ausgeht. Parkinson. Die Diagnose vor einigen Jahren war kein plötzlicher Donner, der mich aus heiterem Himmel traf, sondern eher ein gleichmäßiger, stetiger Regen, dessen erstes Tropfen ich schon lange vor dem eigentlichen Gewitter spürte. Die Krankheit ist ein Teil von mir geworden, ein Mitbewohner, der sich langsam, aber sicher in meinem Leben einrichtet und seine eigenen Ruhezeiten hat. In den stillen Morgenstunden, wenn alles ruhig ist und ich mich auf mich selbst konzentriere, erkenne ich sie am deutlichsten.

Ich atme tief ein, zähle bis vier, während ich die kühle Morgenluft durch meine Nase strömen lasse, und atme dann langsam wieder aus. Mit jedem Atemzug versuche ich, die Ruhe zu finden, die ich brauche. Es gibt keine Wut mehr, keinen verbissenen Kampf gegen das Unvermeidliche. Die Frustration über die verlorene Kontrolle, die Wut auf das Schicksal, ist einer tiefen Akzeptanz gewichen. Es ist ein sanftes Ankommen im Ich, das nun ein anderes ist als früher. Ein Ich, das gelernt hat, mit seinen Einschränkungen zu leben und trotzdem das Schöne zu sehen. Die Wut hat Platz gemacht für eine ruhige Entschlossenheit, die besagt: "Das hier ist mein Leben, und ich werde es so gut wie möglich leben." Ich beobachte meine Hand, wie das Zittern langsam aufhört. Es fühlt sich an wie ein stiller Moment zwischen zwei Sätzen, in dem die Luft angehalten wird.

Meine Augen sind mein Kompass. Sie zeigen mir den Weg in eine Welt, die ich durch das Zittern meiner Hände nicht mehr so berühren kann. Sie scannen die Umgebung, erfassen Details, die mir früher entgangen wären. Ich sehe die feinen Linien auf dem alten Holztisch, die Spuren von Lauras Buntstiften, die wie kleine Erinnerungen in das Holz gekratzt sind. Ich sehe die Art, wie das Sonnenlicht durch die Blätter der Palme fällt und ein tanzendes Muster auf dem Boden erzeugt. Die Welt hat eine neue Schärfe bekommen, weil ich gelernt habe, genauer hinzusehen und die kleinen, perfekten Momente wertzuschätzen.

Die Worte, die ich schreibe, sind wie Vögel, die ihre Nester bauen. Jeder Satz ist ein Zweig, der mit Geduld und Sorgfalt platziert wird. Das Schreiben gibt mir die Kontrolle zurück, die ich in anderen Bereichen meines Lebens verloren habe. Es ist ein stiller Akt des Widerstands, eine Art, der Krankheit zu zeigen, dass sie meine Gedanken und meine Seele nicht beherrschen kann. Wenn ich schreibe, verstummt das Zittern in meinen Gedanken. Ich sitze am Tisch, mein Stift gleitet über das Papier. Manchmal muss ich die Hand fest auflegen, um die Zeile gerade zu halten, aber die Wörter fließen trotzdem. Sie sind mein Vermächtnis, meine Art, meine Geschichte zu erzählen, bevor die Krankheit zu laut wird. Laura kommt herein, stellt mir eine Tasse Kaffee auf den Tisch und legt ihre Hand sanft auf meine Schulter. Sie sagt nichts, aber ich spüre ihre Wärme, ihre Unterstützung. Ihre Präsenz ist wie ein Anker. In diesem Moment weiß ich, dass ich nicht allein bin.

Kapitel 10 – Das stille Echo der Heimat

Ich schalte den Computer ein, und das bekannte Summen der Festplatte erfüllt den Raum. Es ist das einzige Geräusch, das mich für einen Moment an mein altes Leben in Deutschland erinnert, an Büros, an Termine, an einen Takt, den ich nicht mehr schlage. Im Postfach wartet eine E-Mail von meinem Freund Peter. Sein Name auf dem Bildschirm fühlt sich an wie ein stilles Echo aus einer anderen Welt. Er fragt, wie es mir geht. Die Frage ist einfach, aber die Antwort ist es nicht.

Ich überlege, was ich ihm schreiben soll. Ich könnte von Kambodscha erzählen, von der drückenden Hitze des Nachmittags, die sich langsam in eine angenehme Wärme verwandelt. Von dem Lärm der Mopeds, der nicht stört, sondern Teil der Geräuschkulisse ist. Von dem intensiven Geruch nach Jasmin, der sich mit den Aromen aus der Küche mischt. Ich könnte ihm von dem kleinen Fisch „Toni“ erzählen, den Laura gerettet hat, und von unseren Abenden auf der Terrasse, an denen die Nacht wie eine schwere, warme Decke über uns liegt.

Aber ich weiß, dass Peter das nicht versteht. Er lebt in einer anderen Welt, in der alles schnell gehen muss, in der die Zeit eine Ware ist, die man zu kaufen oder zu verkaufen versucht. Eine Welt, in der Stille beunruhigt und Langsamkeit als Faulheit gilt.

Er würde mich fragen, was ich den ganzen Tag mache, als wäre ein Tag ohne Hektik ein vergeudeter Tag. Er würde das Fehlen von Ambition und Karriere in meinem neuen Leben nicht nachvollziehen können. Wie sollte ich ihm erklären, dass mein größtes Projekt jetzt ist, zuzuschauen, wie Laura lacht, oder den perfekten Reis zu kochen?

Also schreibe ich ihm eine kurze E-Mail. Ich lösche die langen Sätze, die ich in Gedanken formuliert hatte, und tippe stattdessen: „Alles gut hier. Kambodscha ist mein Zuhause.“ Die Worte sind bewusst einfach gehalten, wie eine Mauer, hinter der ich mich verstecke. Er wird das nicht verstehen. Er wird die Leere zwischen den Zeilen nicht lesen, die die ganze Wahrheit enthält.

Aber das ist okay. Ich muss niemandem mehr erklären, warum ich geblieben bin. Ich muss meine Entscheidungen nicht länger rechtfertigen. Die einzige Person, der ich Rechenschaft schuldig bin, bin ich selbst. Und ich weiß, dass dies der richtige Weg war.

Ich schicke die E-Mail ab und spüre, wie die Verbindung zu meiner Vergangenheit für einen Moment gekappt ist. Dann klappe ich den Laptop zu. Die Geräusche von draußen kehren zurück: das Lachen der Kinder, das ferne Hupen, das Rascheln der Palmenblätter im Wind. Ich atme tief ein. Das ist meine Welt jetzt. Und die Echos von früher werden immer leiser.

Kapitel 11 – Das Haus, das atmet

Am Abend, wenn die Sonne untergeht, verwandelt sich unser Haus. Es wird dunkel, ohne jemals wirklich schwarz zu werden. Der Tag gibt seine Herrschaft ab, und in der Dämmerung erwacht eine andere Welt. Die Farben verschwinden langsam, die Konturen werden weicher, die Geräusche des Tages weichen einem neuen Konzert aus Grillen, Fröschen und fernen Stimmen. Es sind diese Momente, die mich daran erinnern, dass die Zeit hier anders fließt. Manche Tage sollte man zu Ende gucken, bis zur letzten Minute, bis zur letzten Sekunde des Lichts. Wie ein schönes Gemälde, das man erst im Dunkeln wirklich sieht, wenn die Details verschwimmen und nur noch die Essenz übrig bleibt.

Ich sitze auf der Terrasse, die Luft ist warm und erfüllt von den Gerüchen der tropischen Nacht. Laura liegt mit dem Kopf auf meinem Schoß. Ihre Haare kitzeln leicht auf meiner Haut, und ich fahre sanft mit den Fingern durch ihre weichen Strähnen. Wir reden über nichts und alles. Über die Sterne, die über uns immer heller aufleuchten, über die Schatten, die sich im Garten bewegen, und über Toni, den Fisch, der heute endlich sein Versteck verlassen hat.

Dann, aus dem Nichts, fragt sie mich: „Hast du Angst, Papa?“ Die Frage trifft mich unvorbereitet, obwohl ich sie erwartet habe. Sie hat meine zittrigen Hände gesehen, hat gespürt, dass etwas anders ist. Die Art, wie sie es fragt, ist nicht ängstlich, sondern neugierig, als würde sie ein Rätsel lösen wollen. Ich überlege kurz, wie ich antworten soll. Ich könnte lügen, sie beschützen wollen. Aber das wäre nicht fair. Also sage ich: „Ja, Laura. Manchmal habe ich Angst.“

Sie richtet sich ein wenig auf, um mir ins Gesicht zu sehen. „Warum?“ Ihre Augen glänzen im schwachen Licht der Nacht. „Weil ich nicht weiß, was kommt“, sage ich. „Weil es Dinge gibt, die ich nicht kontrollieren kann.“ Es ist das erste Mal, dass ich das so laut ausspreche. Es fühlt sich an, als würde ich einen schweren Rucksack ablegen. „Aber“, füge ich hinzu, „Angst ist nicht der Chef.“ Sie runzelt die Stirn. „Wer ist denn dann Chef?“, fragt sie.

Ich lächele. Ich tippe ihr vorsichtig gegen die Stirn. „Du da“, sage ich. Dann tippe ich mir an den Kopf. „Und ich da.“ Sie blickt mich verwundert an, dann beginnt sie zu grinsen. Sie versteht. Es ist eine einfache Wahrheit, die Kinder oft schneller begreifen als Erwachsene. Wir sind der Chef über unsere Gedanken, über unsere Entscheidungen. Wir entscheiden, ob die Angst uns lähmt oder ob wir sie nur als Begleiter akzeptieren.

Wir schweigen eine Weile, nur das Zirpen der Grillen ist zu hören. Der Moment ist perfekt, gefüllt mit Vertrauen und der tiefen Verbundenheit, die wir hier gefunden haben. In diesem Haus, das atmet, das lebt und sich mit uns verändert, wissen wir beide, dass wir stärker sind als die Angst.

Kapitel 12 – Die Sprache der Bäume

Im Nachbardorf, tief versteckt hinter einem Dickicht aus Palmen und alten Mangobäumen, lebt ein alter Mann. Sein Gesicht ist eine Landkarte aus tiefen Falten, jede Linie erzählt eine Geschichte von Sonne, Regen und der Last der Jahre. Seine Hände, so rau wie die Rinde eines uralten Baumes, bewegen sich mit der Geduld und der Ruhe der Natur selbst. Er ist blind, seine Augen sind milchig und blicken ins Leere, aber seine Präsenz ist erfüllt von einer Weisheit, die das Sichtbare übersteigt. Er sieht nicht mit den Augen, die ihm die Welt verwehrt hat, sondern mit seinem Herzen, mit seiner Seele. Er sitzt meist unter einem großen, alten Baum, der wie ein stiller Wächter über das Dorf ragt. Die Kinder des Dorfes kommen, um ihm zuzuhören, bringen ihm Wasser und Früchte und lauschen seinen Erzählungen, die wie das Flüstern des Windes klingen.

An diesem Nachmittag habe ich ihn besucht. Ich habe mich zu ihm auf eine Wurzel des Baumes gesetzt, und wir haben lange geschwiegen. Eine Stille, die nicht unangenehm oder leer war, sondern gefüllt mit Leben. Sie war ein tiefes Atmen der Erde, das Rauschen der Blätter im Wind, das ferne Lachen der spielenden Kinder. Er sprach über diese Stille, in der alles lebt – die Bäume, die Steine, die Menschen. Er sagte, die Bäume sprechen in dieser Stille mit uns, wenn wir nur bereit sind, ihnen zuzuhören. Sie erzählen uns von Geduld, von Stärke und davon, wie man tief verwurzelt bleibt, egal was für ein Sturm tobt. Und ich habe verstanden, denn auch ich fühle diese Stille. Sie ist mein Lebensgrund, der Anker, der mich hier festhält. In der hektischen Welt von früher war die Stille eine Abwesenheit von Geräuschen, eine Leere. Hier ist sie eine Präsenz, eine Fülle von allem, was ist. Sie ist der Boden, auf dem ich meine Gedanken pflanzen kann.

Ich habe ihm von meinem Buch erzählt, von den Worten, die ich schreibe, um meine Geschichte festzuhalten, die Erinnerungen an mein altes Leben und die Hoffnung auf ein neues. Er hat gelacht, ein trockenes, heiseres Lachen, das wie das Knacken eines Zweiges klang. Dann sagte er: „Ein Buch ist wie ein Baum. Es muss wachsen. Und es muss Wurzeln haben.“ Er legte seine alte, knochige Hand auf den Boden, und ich spürte die Wärme der Erde unter seinen Fingern. Ich habe verstanden, was er meinte. Er sprach nicht von den Wurzeln in einem Garten, sondern von tieferen Wurzeln, von der Verbindung zu einem Ort, zu den Menschen, zu den Geschichten, die hier in der Luft liegen.

Mein Buch, das hatte ich begriffen, hat seine Wurzeln hier in Kambodscha, in der roten Erde, die sich wie Pulver anfühlt und die Erinnerungen an die Vergangenheit bewahrt. Seine Wurzeln sind in der allgegenwärtigen Wärme der Sonne, die uns jeden Tag umgibt, und in der Stille der Nacht, die so viel lebendiger ist als die Nacht in der Stadt. Die Geschichten, die ich schreibe, sind die Äste und Blätter, die sich zum Himmel strecken und nach Licht suchen, aber ihre Kraft schöpfen sie aus dem Boden, in dem ich stehe. In diesem Moment wusste ich, dass mein Buch nicht nur eine Geschichte über mich ist, sondern auch eine über dieses Land, das mich aufgenommen und mir einen neuen Lebensgrund gegeben hat. Es ist ein Buch, das atmet, genau wie das Haus, in dem wir wohnen.

Kapitel 13 – Der Regen und die Geschichten

Es war einer dieser Nachmittage, an denen sich die Luft so dick anfühlt, dass man sie beinahe greifen kann. Die Hitze des Tages hatte das Land zum Schweigen gebracht, und die Stille war anders als sonst – nicht die friedliche Stille, die wir so schätzen, sondern eine angespannte, wartende. Am Himmel zogen sich dunkle Wolken zusammen, schwer und tief. Laura saß am Tisch und malte, während ich versuchte, die Zeilen für mein Buch zu ordnen, doch meine Gedanken waren so unruhig wie der bevorstehende Sturm.

Dann begann es. Ein einzelner, dicker Tropfen traf auf das Wellblechdach, gefolgt von einem zweiten, dritten, bis es plötzlich ein ohrenbetäubender Schwall wurde. Der Monsunregen war da. Er kam nicht leise, sondern mit der Wucht einer gewaltigen Welle. Die Welt draußen verschwand in einem grauen Schleier aus Wasser. Das Rauschen war so laut, dass wir uns kaum unterhalten konnten.

Laura schaute mich mit großen Augen an, ihre Malstifte lagen vergessen neben ihr. Sie war fasziniert von der rohen Kraft der Natur. Ich holte uns zwei Tassen Tee. Er war heiß, stark und roch nach Heimat. Wir schwiegen und sahen einfach nur zu, wie der Regen die Welt vor unserem Fenster reinigte.

In diesen Momenten verstand ich, wie sich unser Leben verändert hatte. In Deutschland hätte dieser Regen mich frustriert, hätte die Pläne für den Abend durchkreuzt. Hier war er anders. Er war ein Ereignis, ein Teil des Lebens, das einfach geschah. Er war nicht die Unterbrechung des Lebens, sondern ein Teil davon. Laura legte ihren Kopf an meine Schulter. Wir saßen einfach nur da und ließen die Zeit verstreichen, bis der Regen so plötzlich aufhörte, wie er begonnen hatte. Als das Licht wieder zurückkehrte, war alles frisch, klar und gereinigt. Die Welt roch nach nasser Erde und Leben.

Kapitel 14 – Eine neue Melodie

Nach dem Regen war die Luft kühl und klar. Die Mopeds waren wieder auf den Straßen, und das Leben kehrte zurück. Ich beschloss, mit Laura in das Nachbardorf zu gehen. Wir gingen zu Fuß, die rote Erde unter unseren Füßen war noch nass und weich. Das Wasser glitzerte in den Pfützen, und die Palmenblätter glänzten im Licht der untergehenden Sonne. Laura rannte voraus, sprang von einer Pfütze zur nächsten und lachte.

Im Dorf angekommen, saßen wir in einem kleinen, offenen Restaurant. Die Luft roch nach frittierten Frühlingsrollen und gegrilltem Fisch. Ich bestellte für uns Reis mit Curry. Laura aß mit ihren Fingern, und ich beobachtete sie dabei. Sie war hier wirklich angekommen. Sie hatte die Langsamkeit, die ich gesucht hatte, ganz natürlich in sich aufgenommen.

Plötzlich begann eine Gruppe von älteren Männern, traditionelle Musik zu spielen. Es war eine Melodie, die ich noch nie zuvor gehört hatte. Sie war fremd und wunderschön zugleich. Sie erzählte von alten Zeiten, von Liebe und Verlust, von der Schönheit des Landes. Laura schaute auf, hörte zu und begann, ihre Hände im Takt der Musik zu bewegen. Sie tanzte nicht, sondern bewegte sich mit der Musik. Es war ein Ausdruck purer Freude, purer Verbundenheit. Sie sah mich an und lächelte. In diesem Moment wusste ich, dass ich das Richtige getan hatte.

Wir saßen noch lange dort, aßen unser Essen und hörten der Musik zu. Ich spürte, dass mein Leben hier keine Flucht vor etwas war, sondern die Annahme von etwas Neuem. Mein Leben hatte eine neue Melodie, und ich lernte, wie man dazu tanzt.

KAMPOT

Kapitel 15 – Die kleine Straße, die ein Strom ist

Die kleine Straße vor unserem Haus ist nicht einfach nur eine Adresse. Sie ist ein Strom. Ihre Richtung ist nicht festgelegt, aber ihr Fluss ist unaufhaltsam. Morgens trägt sie Schuluniformen und Plastikschuhe, kleine Kinder auf dem Weg zu den Schulen. Ihre Stimmen sind hell und fröhlich, ein Konzert des Neubeginns. Manchmal fahren ganze Familien auf einem Moped an uns vorbei, eng zusammengerückt. Ein Vater am Steuer, ein Kind davor und die Mutter mit einem weiteren Kind auf dem Rücksitz. Sie sind ein Bild der Einheit und der Geborgenheit, das ich in meiner früheren Welt so nicht kannte.

Mittags wird der Strom langsamer und gemächlicher. Er trägt Gemüsestände auf Rädern, das Lachen von Menschen, die etwas verkauft oder gekauft haben. Es ist die Zeit, in der das Leben seine eigenen kleinen Geschichten erzählt. Die Gerüche von frischem Gemüse und Gewürzen liegen in der Luft. Die Gesichter der Menschen sind entspannt. Hier wird nicht gehetzt, sondern verhandelt, geredet und gelacht. Es ist eine Kultur der Begegnung, die ich so sehr zu schätzen gelernt habe.

Abends, wenn die Sonne tief steht und das Licht golden wird, ändert sich der Strom erneut. Er trägt Mopeds, auf denen zwei, drei, manchmal sogar vier Menschen sitzen, die zusammen in die Dämmerung fahren. Sie fahren nicht schnell, sondern in einem ruhigen Tempo, das der untergehenden Sonne entspricht. Die Geräusche werden weicher, die Lichter der Mopeds leuchten wie Glühwürmchen in der Dunkelheit. Ich stehe am Tor unseres Hauses, nicht um etwas zu erwarten oder auf etwas zu warten, sondern einfach nur, um die Gegenwart zu begrüßen. Ich habe gelernt, dass diese Momente das sind, was zählt.

Eine alte Frau geht vorbei, ihre Schritte sind langsam, aber sicher. Sie sieht Laura, die im Garten spielt, und hält kurz inne. Sie legt ihre Hand an die Stirn und winkt – ein Gruß, der beides ist: „Ich sehe dich“ und „Bleib gesund“. Es ist ein Zeichen der Anerkennung, der Fürsorge, das tief geht. Laura, ganz im Ernst und ohne Zögern, winkt zurück. Gesundheit ist hier kein Wellnesswort. Sie ist ein tägliches Projekt, ein Geschenk, das man schätzt und pflegt. Es ist keine Selbstverständlichkeit. Es ist der Grund, warum die Menschen sich so aufmerksam begegnen.

Kapitel 16 – Das Lied der Nacht

Abends kommt der Wind vom Fluss her, kühl und feucht, und die Palmen antworten mit einem sanften, rhythmischen Rauschen. Es ist ein Lied, das die Nacht hier singt, eine Melodie, die ich in meinem alten Leben nie gehört hätte. Wir sitzen auf der Terrasse, und das wenige Licht unserer Lampe fällt auf Lauras Gesicht. Sie hat den Kopf auf meinen Arm gelegt, und ihr Atem ist ruhig und warm. Es ist ein Moment der Stille, der mit einer tiefen Zufriedenheit gefüllt ist.

Dann bricht sie die Stille. „Noch eine Frage?“, fragt sie, und ich spüre, wie sie sich an mich schmiegt. Ich weiß, dass ihre Fragen nicht nur Fragen sind, sondern kleine Fenster in ihre Welt, in die Gedanken, die sie beschäftigen. „Immer“, antworte ich, und meine Stimme ist weich. Sie überlegt, ihre Stirn ist in tiefe Falten gelegt. „Wenn du morgen nicht mehr unterrichten würdest – wer wärst du dann?“ Die Frage trifft mich unerwartet. Es ist eine Frage, die mich dazu zwingt, über meine Identität nachzudenken, über das, was ich bin, wenn ich all die Rollen, die ich gespielt habe, abstreife.

Ich denke nach, spüre das langsame, unaufhörliche Zittern in meiner Hand, das mich daran erinnert, dass ich nicht mehr derselbe bin, der ich einmal war. „Dann würde ich wahrscheinlich immer noch Menschen zuhören“, sage ich, die Worte kommen langsam und bedacht. „Und ich würde versuchen, ihnen die Angst vor der eigenen Stimme zu nehmen.“ Es ist eine ehrliche Antwort, die die Essenz dessen einfängt, was ich als meine Bestimmung empfinde.

Sie nickt, ganz in sich versunken. „Also wärst du immer noch du“, sagt sie, und es ist keine Frage mehr, sondern eine Feststellung. „Ja“, antworte ich, „das wäre der Plan.“ Das ist die Wahrheit. Egal, welche Rolle ich spiele, ich bin immer noch ich. Ich bin immer noch derselbe Mensch, der versucht, anderen zu helfen, ihren Weg zu finden.

Sie nickt, zufrieden. Sie klopft mir sanft auf die Schulter, steht auf und ruft Karli, den Hund, der im Schatten döst. Die beiden verschwinden im Haus, wo das Licht warm ist und die Nacht geduldig. Ich bleibe noch eine Minute sitzen, nicht weil ich muss, sondern weil man manche Tage zu Ende gucken sollte. Ich nehme die Gerüche der Nacht auf, die kühle Luft auf meiner Haut. Ich schaue auf die leere Terrasse, dann stehe ich auf, lösche die Außenlampe und nehme das kleine Reich vor der Tür mit hinein. Es passt in eine einzige Handbewegung. Man muss sie nur machen.

Kapitel 17 – Die Weisheit der alten Steine

Heute habe ich einen besonderen Ort aufgesucht: den ruhigen Garten hinter unserem Haus. Er ist nicht groß, und ich kann von meiner Bank aus die gesamte Szenerie überblicken. Der Weg dorthin ist kurz, doch für mich ist jeder Schritt eine bewusste Bewegung, ein kleiner, aber bedeutender Sieg über die Unruhe in meinem Körper. Ich sitze auf einer Bank im Schatten eines alten Mangobaumes, dessen Äste einen schützenden Baldachin bilden. Von hier aus kann ich die Welt in all ihren Facetten erleben, ohne große Strecken zurückzulegen. Hier ist alles, was ich brauche: die Stille, die Wärme, die Geräusche der Natur und die Nähe zu Laura.

Ich sitze hier und beobachte, wie Laura sich mit Steinen beschäftigt. Sie hat eine kleine Kiste voll mit Fundstücken, die sie auf unseren Spaziergängen gesammelt hat. Kleine, glatte Steine liegen nun in einer sorgfältigen Reihe auf der Erde, sortiert nach Größe und Farbe. Dann nimmt sie einen besonderen Stein in die Hand. Er ist nicht glatt wie die anderen, sondern voller Ecken und Kanten, und er hat eine tiefe Furche, die ihn in zwei Hälften teilt. Er sieht aus, als hätte er eine lange Reise hinter sich.

"Er ist nicht kaputt", sagt Laura, als sie meine Blicke bemerkt. Ihre Stimme ist ruhig und fest. "Er hat nur gelebt." Ich nicke, die Worte berühren mich tief. Sie erinnern mich an das, was ich schon so lange in meinem Herzen fühle. Die Makel sind keine Fehler, sondern Spuren des Lebens, die eine Geschichte erzählen. Die Narben, die uns zu dem machen, was wir heute sind. Laura beugt sich vor, nimmt den Stein hoch und legt ihn sanft in meine Hand. Er ist schwer und kühl und fühlt sich an wie ein Teil von mir selbst, ein Spiegel meines eigenen Lebens.

Ich schaue auf den Stein in meiner Hand, dann auf die anderen Steine, die Laura gesammelt hat. Jeder ist einzigartig, jeder hat seine eigene Geschichte zu erzählen. Und in diesem Moment begreife ich die Weisheit dieses Ortes und der Menschen hier. Die Unvollkommenheit ist keine Schwäche, sondern eine Stärke. Man muss nicht perfekt sein, um wertvoll zu sein. Man muss nicht laufen, um die Welt zu erleben. Man muss sie nur mit offenen Augen sehen. Und wenn man wie ich an die Bank gebunden ist, dann sieht man die Welt von einem einzigen, festen Punkt aus mit besonderer Schärfe. Man sieht die Details, die anderen entgehen. Und man erkennt, dass alles, was man braucht, schon da ist.

Kapitel 18 – Das Gedächtnis des Körpers

Am Nachmittag habe ich meinen Unterricht. Es ist nicht nur eine Aufgabe, sondern ein Anker in meinem Tag. Ich setze mich vor den Computer, und der Bildschirm leuchtet auf, ein Fenster in eine andere Welt. Ich ziehe mein Headset auf und warte auf das vertraute Signal, das die Verbindung herstellt. Auf meinem Bildschirm erscheint eine junge Frau aus Vietnam, die für einen Job in Deutschland Deutsch lernt. Sie sitzt in einem kleinen, schlichten Zimmer, weit entfernt von mir, und doch sind wir uns in diesem Moment sehr nah.

Ihre Haltung ist respektvoll, fast ein wenig scheu. Ihre Stimme ist leise, fast ein Flüstern, und ihre Sätze sind langsam und vorsichtig geformt. Manchmal muss ich mich anstrengen, um sie zu verstehen, nicht wegen der Sprache selbst, sondern weil sie ihre Worte so zart in die Welt entlässt. Ich sehe die Unsicherheit in ihren Augen, die Angst, einen Fehler zu machen. Aber ich kann sehen, wie sie von Woche zu Woche mutiger wird. Ihre Stimme wird kräftiger, die Sätze bekommen Kontur. Die Grammatik, die sie lernt, ist nicht nur eine Abfolge von Regeln, sondern wird Teil von ihr. Es ist, als würde ihr Körper sich an die neuen Klänge, die neuen Rhythmen erinnern, auch wenn wir uns nur über einen Bildschirm sehen.

Nachdem wir einen komplizierten Satz geübt haben, fragt sie mich mit großen Augen, die über den Bildschirm blicken: „Wie lernen Sie das alles so schnell? Ich habe das Gefühl, ich bin so langsam.“ Ich spüre, wie ich lächeln muss. „Ich lerne es nicht schnell“, sage ich, „ich lerne es tief. Wie ein Baum, der seine Wurzeln in die Erde gräbt.“ Ich zeige mit meinen Händen, wie die Wurzeln sich ausbreiten. Sie nickt, und ich sehe in ihrem Blick, dass sie es versteht. Sie versteht, dass wahres Lernen Zeit braucht, Geduld und die Bereitschaft, tief zu graben.

Manchmal ist Sprache weniger ein Werkzeug, das man benutzt, als eine Praxis, die man lebt. Es geht nicht nur darum, die richtigen Worte zu finden, sondern darum, ein Teil der Sprache zu werden, sie zu fühlen, sie zu atmen. Ich sehe in ihren Augen, dass sie das begreift. Und in diesem Moment weiß ich, dass sie bereit ist, diesen Weg zu gehen. Die physische Distanz spielt keine Rolle. Unsere Verbindung ist tief und bedeutungsvoll.

Kapitel 19 – Die Nacht, die nicht schläft

Laura und ich sitzen am Abend draußen. Es ist dunkel, aber nicht finster. Der Mond wirft ein weiches Licht auf die Palmen, die Grillen singen ihre Lieder, als ob sie nie müde würden. Wir reden über die Sterne, über die Unendlichkeit des Universums und über das Leben nach dem Tod. „Glaubst du, dass es ein Leben nach dem Tod gibt?“, fragt sie. Ich denke nach. „Ja“, sage ich. „In dem Sinne, dass wir immer in den Herzen der Menschen leben, die wir lieben. In ihren Erinnerungen, in ihren Lachen.“ Sie nickt. Sie versteht, was ich meine. Das ist der Moment, den ich oft für mich festhalte – die Ruhe vor dem Sturm.

Später, als die Grille verstummt sind und nur noch der ferne Motor eines Mopeds zu hören ist, liege ich im Bett, aber der Schlaf will nicht kommen. Der Parkinson hat sich angeschlichen, wie ein ungebetener Gast, und tanzt nun in meinen Gelenken. Es ist kein Beben mehr, das nur die Hand erfasst; es sind Schmerzen, die durch den ganzen Körper ziehen, die sich wie ein feiner Draht anfühlen, der unter der Haut gespannt wird. Ich wälze mich von einer Seite auf die andere, aber es hilft nichts. Ich nehme die Tabletten, aber sie brauchen Zeit, und die vergeht in diesen Momenten langsamer als sonst. Der Schmerz ist kein Donner, sondern ein konstanter, gleichmäßiger Regen, der nicht nass macht, sondern meine Nerven in Brand setzt.

Nach stundenlangem, erfolglosem Kampf mit dem Schmerz gebe ich auf. Ich stehe auf, gehe leise ins Büro, um Laura nicht zu wecken. Der Bildschirm flimmert in der Dunkelheit, und die Tasten des Computers sind wie ein Refugium. Ich kann nicht schlafen, aber ich kann arbeiten. Ich öffne meine Webseite, auf der ich Übungen für meine Schüler hochlade. In diesen schlaflosen Nächten entstehen oft die besten Aufgaben und die präzisesten Erklärungen. Die Stille der Nacht zwingt mich, meine Gedanken zu ordnen, meine Worte mit Bedacht zu wählen. Ich tippe Sätze ein, erst nur Gedanken, dann ganze Dialoge, die mir durch den Kopf gehen. Später mache ich eine Videoaufnahme für meinen YouTube-Kanal, auf dem ich Grammatik erkläre. Ich flüstere, damit ich Laura nicht wecke, und die Worte bekommen dadurch eine besondere Intensität. Meine Stimme ist leise, aber sie ist da.

Die Arbeit ist meine Therapie. Sie lenkt mich ab und gibt mir einen Sinn, wenn mein Körper mir das Gefühl gibt, dass ich keinen mehr habe. In diesen Stunden vor dem Bildschirm vergesse ich, wie mein Körper mich quält. Ich tauche ein in eine Welt aus Vokabeln, Grammatik und den Gesichtern meiner Schüler, die ich nur vom Bildschirm kenne. Ich weiß, dass ich ihnen mehr als nur eine Sprache beibringe. Ich zeige ihnen, wie man mit Schwierigkeiten umgeht, wie man das Beste aus einer Situation macht.

Auf meinem Schreibtisch steht ein Foto von Laura. Ich schaue auf ihr lächelndes Gesicht und weiß, dass sie der Grund ist, warum ich nicht aufgeben kann. Ihre Freude am Leben, ihre Neugierde, ihre Stärke – all das ist mein Kompass, der mir den Weg zeigt, wenn die Krankheit mich in die Irre führen will. Es ist eine paradoxe Situation: Die Schmerzen halten mich wach, aber sie ermöglichen mir auch, dass ich meine Zeit in etwas Sinnvolles investiere. Sie zwingen mich, kreativ zu sein, zu denken, zu fühlen.

Als ich fertig bin, ist es fast Morgen. Ich schließe meinen Laptop und gehe wieder ins Bett. Der Schmerz ist nicht verschwunden, aber er ist leiser geworden. Die Nacht ist nicht länger eine Bedrohung, sondern ein Raum, in dem ich mich wiedergefunden habe. Ich schließe die Augen, und die letzten Gedanken sind nicht mehr an die Krankheit gebunden, sondern an meine Arbeit und an Laura.

Kapitel 20 – Der Morgen, der nicht wehtut

Ich wache auf und spüre, dass meine Hände ruhiger sind. Der Parkinson ist da, aber er hat für einen Moment seine Ruhe gefunden. Wie ein ungebetener Gast, der sich im Sessel niedergelassen hat und die Füße hochlegt, nachdem er die ganze Nacht lang mit mir im Ring gestanden hat. Die Schmerzen sind nicht verschwunden, aber sie haben ihre Lautstärke heruntergeregelt, sind von einem scharfen Schrei zu einem gedämpften Flüstern geworden. Der Morgen, der jetzt anbricht, ist keine Selbstverständlichkeit. Er ist ein Geschenk, das ich mir mit harter Arbeit in der Nacht verdient habe.

Ich stehe auf, die Glieder noch steif und müde, und gehe in die Küche. Die Dämmerung malt zarte Grautöne in den Raum. Ich stelle die Kaffeemaschine an, und der erste Tropfen, der in die Kanne fällt, ist wie ein Paukenschlag, der den Tag ankündigt. Der Geruch von Kaffee, von Zitronengras und von dem feuchten Boden nach einer Nacht füllt die Luft. Das ist der Geruch von Heimat. Es ist ein Duft, der alles enthält: die Erinnerung an Deutschland, die Gegenwart in Kambodscha und die Hoffnung auf einen guten Tag.

Ich gehe nach draußen, setze mich auf die Terrasse, die Sonne hat gerade begonnen, die Palmen zu vergolden. Ich halte die Tasse fest in meinen Händen, spüre die Wärme, die mich erdet. Dann nehme ich einen Schluck. Der Kaffee schmeckt nach Sieg. Ich schlage ein Buch auf und tauche ein in eine andere Welt, die nur für diesen Moment existiert. Ein alter Mann geht vorbei, winkt, und ich winke zurück. Wir reden nicht, aber wir verstehen uns: Er weiß, dass er an mir vorbeigeht, und ich weiß, dass der Elefant mit dem abgebrochenen Ohr, der auf meinem Tisch steht, mich anlächelt.

Dieser Elefant ist nicht kaputt, er hat nur gelebt. Ich denke an diesen Satz und spüre, wie wahr er ist. Mein Körper ist nicht kaputt, er hat nur gelebt. Er trägt die Spuren der Zeit, die Narben der Krankheit. Aber das macht ihn nicht weniger wertvoll. Ich atme tief ein, schließe das Buch, nehme noch einen Schluck Kaffee. Das ist der Morgen, der nicht wehtut. Das ist der Morgen, an dem ich die Welt so sehe, wie sie ist – mit all ihren Licht- und Schattenseiten. Und ich weiß, dass ich bereit bin.

Kapitel 21 – Das Geheimnis der Stille

Die Sonne brennt. Es ist die Zeit des Tages, in der die Schatten zu kleinen, dunklen Flecken werden und die Welt ihre Farbe verliert, um die Hitze zu überleben. Ich sitze am Fenster, sehe nach draußen. Die Vögel schweigen, die Mopeds fahren langsamer, selbst der Wind hat eine Pause eingelegt. Es ist eine andere Art von Stille als die, die ich aus Deutschland kenne. Dort war Stille oft die Abwesenheit von Lärm, ein leeres, kühles Vakuum, das man mit Musik oder Gesprächen füllen wollte. Hier ist Stille die Präsenz von Ruhe, eine fühlbare Kraft, die wie ein Teppich über alles liegt, um die Hitze zu dämpfen.

Diese Stille am Tag ist für mich wie ein Spiegel der Stille in meinen schlaflosen Nächten. Auch in der Nacht, wenn ich mit den Schmerzen kämpfe, herrscht eine Art Stille in mir. Sie ist nicht die Stille der Ruhe, sondern die Stille des Kampfes. Eine Stille, in der jedes Zittern, jeder Schmerz, jede unruhige Bewegung einen eigenen, lauten Ton hat, den nur ich hören kann. Die Stille der Nacht war für mich oft eine Bedrohung.

Doch mit der Zeit habe ich gelernt, auch in dieser Stille einen Sinn zu finden. Ich habe gelernt, mich nicht mehr gegen sie zu wehren, sondern mich in ihr zu bewegen, zu arbeiten, zu schreiben, zu denken. So wie die Natur in Kambodscha ihre Aktivität in der Mittagshitze herunterfährt, um Energie zu sparen, habe ich gelernt, meine Energie in der Nacht zu kanalisieren, um zu überleben.

Ich sitze nun am Fenster, und in dieser äußeren Stille spüre ich eine innere Ruhe, die ich in den dunklen Stunden der Nacht gefunden habe. Die Stille der Nacht hat mich gelehrt, die Stille des Tages zu verstehen und zu schätzen. Sie ist nicht nur die Abwesenheit von Lärm, sondern auch die Präsenz von Bewusstsein. Das Geheimnis dieser Stille liegt nicht in dem, was fehlt, sondern in dem, was da ist: der Atem, die Gedanken, die Gewissheit, dass das Leben auch in den leisesten Momenten weiterfließt.

Kapitel 22 – Das Erbe der Worte

Mein nächster Schüler ist aus Frankfurt, er ist Ende 20 und lernt Deutsch, weil er mit seiner Familie von Kambodscha nach Deutschland ziehen will. Er ist nervös, das höre ich schon in den ersten Sätzen. Jedes Wort, das er sagt, ist eine Frage, ob er es richtig macht. „Was mache ich, wenn sie mich nicht verstehen?“, fragt er. Seine Angst ist in seiner Stimme spürbar, als würde er nicht nur an der Sprache, sondern auch an seinem Selbstwert zweifeln.

Ich höre ihm aufmerksam zu und denke an die vielen schlaflosen Nächte, in denen ich mit meinen eigenen Worten gekämpft habe. Wie der Parkinson meine Stimme manchmal leiser macht, meine Hände unruhiger, meine Gedanken langsamer. Auch ich musste lernen, Wege zu finden, um mich verständlich zu machen, wenn die Sprache nicht mehr so flüssig kam, wie ich es gewohnt war. Es war nicht immer einfach, aber ich habe gelernt, dass Kommunikation nicht nur über Worte und Grammatik funktioniert.

Ich lehne mich vor, sodass mein Gesicht das ganze Bild auf dem Bildschirm ausfüllt. „Dann reden Sie lauter“, sage ich, „aber nicht mit der Stimme, sondern mit den Augen. Zeigen Sie ihnen, dass Sie da sind.“ Er sieht mich an, verwirrt, dann lacht er. „Das ist ein guter Trick“, sagt er.

„Das ist kein Trick“, sage ich, „das ist das, was wir tun, wenn wir eine Sprache nicht nur reden, sondern leben.“ Ich erkläre ihm, wie er durch Körpersprache, durch Geduld und durch die Kraft seiner Absicht eine Brücke bauen kann. Wir üben einfache Sätze, aber mit dem Fokus auf die Haltung, auf das Lächeln, auf das Nicken. Ich erzähle ihm von meinen eigenen Schwierigkeiten und wie mir meine Schüler helfen, stark zu bleiben. Die Worte, die ich in meinen schlaflosen Nächten für meinen YouTube-Kanal aufnehme, sind jetzt auch seine Worte, sein Erbe.

Am Ende der Stunde bedankt er sich. Aber er bedankt sich nicht für die Lektion, sondern für etwas, das viel tiefer geht. „Ich habe heute verstanden, dass es nicht darum geht, perfekt zu sein“, sagt er. „Es geht darum, verstanden zu werden.“ Ich nicke. Es ist schön zu sehen, wie ein Mensch in einer Stunde nicht nur eine Sprache gelernt hat, sondern auch etwas über sich selbst.

Kapitel 23 – Die Melodie der Erinnerung

Heute Abend, als Laura schläft, sitze ich wieder auf der Terrasse. Es ist kühl, der Wind bringt den Geruch des Flusses mit, und in der Ferne singen die Frösche. Die Geräusche und Gerüche hier sind eine Melodie, die ich in mir trage, die Melodie meiner Erinnerung. Sie ist nicht laut, aber immer präsent. In solchen Momenten überlagern sich Vergangenheit und Gegenwart. Ich denke an Laura, wie sie das Interview geführt hat. An die Fragen, die sie gestellt hat, an die Antworten, die ich ihr gegeben habe. Und ich denke an Sihanoukville, an den Innenhof, an Charlie, der mit einer Sonnenbrille die Rezeption besetzt hielt, als wäre sie seine Kapitänsbrücke.

Damals wusste ich noch nicht, was hier auf mich wartete. Ich habe mein Zuhause nicht gesucht, ich habe es gefunden, indem ich aufgehört habe, nach dem zu suchen, was ich verloren hatte. Inzwischen weiß ich, dass diese Melodie der Erinnerung keine Klage ist, sondern ein Lied des Ankommens. Mein Zuhause ist kein Ort, es ist eine Praxis. Es ist die Ruhe, die ich mir in meinen schlaflosen Nächten erarbeitet habe, die Schritte, die mich in die Berge führen, und die kleinen Momente der Freude, die sich im Alltag verstecken. Es ist die Erkenntnis, dass meine Krankheit mir zwar einen Teil meiner körperlichen Freiheit genommen hat, mir aber eine viel größere innere Freiheit geschenkt hat.

Die Melodie der Erinnerung spielt heute Abend ein Lied der Dankbarkeit. Ich bin dankbar für meine Arbeit, die mir in den schlaflosen Nächten Halt gibt, für die Kraft, die ich in mir trage, um mit den Schmerzen umzugehen, und vor allem für Laura. Sie ist die Quelle meiner Kraft, der Grund, warum ich jeden Tag aufstehe und weitermache. Die kleine Straße vor meinem Haus ist keine Adresse, sondern ein Strom, der mich mit der Welt verbindet, aber Laura ist die Brücke, die mich mit mir selbst verbindet. Sie hat mich gelehrt, dass man nicht perfekt sein muss, um zu Hause zu sein.

Das ist das Wissen, dass ich mich hier entscheiden kann, wer ich bin. Ich muss niemandem mehr folgen. Ich bin hier, ich lebe hier, und das ist genug.

Kapitel 24 – Die Kunst des Loslassens

Ich stehe auf und lösche die Außenlampe. Es ist ein tägliches Ritual, ein bewusster Akt, um den Tag abzuschließen. Das Licht geht aus, aber das Haus wird nicht schwarz. Es bleibt hell, weil es von den Erinnerungen bewohnt wird, von den Geschichten, von den Menschen, die hier waren. Laura, Karli, meine Schüler, der Nachbar, der blinde Mann, der Neffe mit dem Tee, die Frau mit dem Elefanten. In diesen Momenten spüre ich, dass das Leben, das wir hier führen, mehr ist als die Summe seiner Tage. Es ist eine Ansammlung von Seelen, die sich gegenseitig berühren.

Doch die wahre Kunst des Loslassens habe ich durch meine Krankheit gelernt. Es ist nicht nur das Licht, das ich lösche, sondern auch die Sorgen, die Anspannung und die Schmerzen, die sich in meinen Gelenken festgesetzt haben. Ich lasse den Tag los, lasse die Erinnerungen los, die mich festhalten wollen, und lasse die unruhigen Gedanken los, die mich in der Nacht quälen. Ich gehe ins Haus, schließe die Tür. Es ist ein Akt der Stille, des Loslassens, den ich mir in den langen, schmerzvollen Nächten erarbeitet habe.

Der Parkinson hat mir beigebracht, dass Loslassen nicht bedeutet, aufzugeben. Es bedeutet, zu akzeptieren, was ist, und trotzdem weiterzumachen. Das Haus wird nicht schwarz, weil es von innen leuchtet, so wie mein Körper, der trotz der Krankheit eine innere Stärke gefunden hat. Diese Stärke kommt nicht von Muskeln oder Knochen, sondern aus dem Vertrauen, das ich in meine Tochter habe, und in die Bedeutung meiner Arbeit.

Ich gehe in mein Zimmer, schließe die Augen. Ich weiß, dass ich nicht vor den Schmerzen fliehen kann, aber ich kann die Art und Weise ändern, wie ich auf sie reagiere. Ich lasse den Tag los. Ich lasse die Nacht kommen. Und ich weiß, dass morgen ein neuer Tag beginnt. Nicht mit Angst, sondern mit Neugierde. Ich bin bereit für ihn.

Kapitel 25 – Ein offenes Fenster zur Zukunft

Ich wache auf und spüre, wie die Sonne durch das Fenster scheint. Die Vögel singen ihre Lieder, die Mopeds fahren schneller, der Wind ist wieder da. Ich stehe auf, gehe in die Küche, mache mir einen Kaffee. Der Geruch von Kaffee, von Zitronengras und von dem feuchten Boden nach einer Nacht. Das ist der Geruch von Heimat. Ich gehe nach draußen, setze mich auf die Terrasse, trinke meinen Kaffee, lese ein Buch. Ich denke an mein Buch. Das Buch, das ich geschrieben habe, das ich mit dir teile. Es ist keine Ansammlung von Worten, es ist ein Stück meines Lebens, ein Teil meiner Seele. Ich schließe das Buch, klappe es zu. Es ist das Ende des Buches, aber nicht das Ende meiner Geschichte. Es ist der Anfang eines neuen Kapitels.

Später am Tag gehe ich zum Fluss. Setze mich auf den Steg. Der Fluss fließt, gleichmäßig, unaufhaltsam. Er hat keine Eile, er hat keine Sorgen. Er weiß, wohin er muss. Ich sehe in das Wasser. Die Reflexion meines Gesichts. Ich sehe einen alten Mann, mit grauen Haaren, mit Falten. Und ich sehe in seinen Augen die Tiefe der Erinnerungen, die Gelassenheit der Akzeptanz und das Flüstern der Hoffnung. Das ist das Geschenk der Zeit: Sie nimmt uns die Jugend, aber sie gibt uns die Tiefe. Sie nimmt uns die Leichtigkeit, aber sie gibt uns die Ruhe. Die Tage vergehen, wie ein Strom, der unaufhaltsam fließt.

Ich habe ein Foto von Laura in der Hand. Ein Foto aus den Jahren, als sie noch ein kleines Kind war, geboren in diesem Land, lachend in die Kamera, ihre Augen voller Neugierde. Sie kennt Deutschland nur aus meinen Erzählungen, aus Büchern. Sie ist hier in Kambodscha zu Hause, aufgewachsen im Schatten der Palmen, im Rhythmus des Flusses. Ich denke an meine eigenen Anfänge in Deutschland, die Hektik, den Stress, die Sorge um die Zukunft. Laura ist das, was ich nie war: hier verwurzelt. Sie ist die Brücke, die meine Vergangenheit mit meiner Gegenwart verbindet, indem sie mir zeigt, wie das Leben sein kann, wenn man von Anfang an an einem Ort zu Hause ist. Sie ist erwachsen geworden, hier, und das ist mein größtes Glück.

Manchmal, wenn ich in den Bergen bin, setze ich mich unter einen alten, großen Baum. Er ist schon Hunderte von Jahren alt. Er hat die Kriege erlebt, die Stürme, die Dürren. Aber er ist immer noch da.

Seine Wurzeln sind tief in der Erde verankert, seine Äste ragen in den Himmel. Er ist ein Symbol der Beständigkeit, der Ruhe, der Kraft. Ich denke an mein Buch. Ich denke an die Worte, die ich schreibe, die ich mit dir teile. Sie sind wie

die Blätter des Baumes: Sie fallen ab, aber sie kehren immer wieder zurück. In den Herzen der Menschen, die sie lesen.

Ich sitze in meinem Arbeitszimmer, schaue aus dem Fenster. Die Sonne scheint, die Vögel singen, die Mopeds fahren vorbei. Es ist ein offenes Fenster. Ein Fenster zur Welt, zur Gegenwart, zur Zukunft. Ich denke an die Worte des blinden Mannes: „Ein Buch ist wie ein Baum." Und ich denke an die Worte des Neffen vom Nachbarn: „Für Tee, und für stark." Und ich denke an die Worte des alten Mannes am Fluss: „Er ist nicht kaputt, er hat nur gelebt." All diese Worte sind wie die Blätter des Baumes, sie sind ein Teil von mir, ein Teil meines Lebens, ein Teil meiner Seele. Die Melodie der Erinnerung, das Geschenk der Zeit und die Kunst des Loslassens – all das sind die Geschichten, die ich in meinem Buch erzählt habe.

Mein Leben in Kambodscha ist ein Leben der Extreme. Auf der einen Seite ist es ein Land, das ich mir zu einem Zuhause aufgebaut habe, in dem ich Freunde gefunden und meine Tochter großgezogen habe. Auf der anderen Seite ist es ein Land mit Herausforderungen , unzuverlässige Infrastruktur und manchmal eine Mentalität, die für jemanden wie mich, der aus Deutschland kommt, schwer zu verstehen ist. Und doch: Ich bleibe hier, weil das Gute überwiegt. Die Wärme der Menschen, die Gelassenheit, mit der sie das Leben nehmen, und die Möglichkeit, mein Leben so zu gestalten, wie ich es möchte. Kambodscha hat mich gelehrt, dass Perfektion eine Illusion ist – und dass Zufriedenheit oft aus den kleinen Dingen entsteht.

Wenn ich an die Zukunft denke, dann sehe ich vor allem Laura. Ich wünsche mir, dass sie die Freiheit hat, ihre Entscheidungen ohne Angst zu treffen. Dass sie sich nicht von äußeren Umständen einschränken lässt, sondern ihren Weg findet – egal, ob der in Kambodscha, Deutschland oder ganz woanders liegt. Für mich selbst wünsche ich mir vor allem Ruhe. Keine großen Abenteuer mehr, keine neuen Baustellen – sondern Zeit. Zeit, um zu unterrichten, um zu schreiben, um auf der Terrasse zu sitzen und den Tag kommen zu lassen. Vielleicht werde ich eines Tages wieder öfter nach Deutschland reisen, um meine Mutter zu sehen, solange es noch geht. Vielleicht werde ich auch noch einmal etwas Neues anfangen – nicht aus Notwendigkeit, sondern aus Freude. Aber egal, was kommt: Ich weiß, dass ich meinen Platz gefunden habe. Und das ist mehr, als ich mir damals, als ich hier ankam, je erhofft hätte.

Blick nach vorn

Das Leben als alleinerziehender Vater und Online-Deutschlehrer in Kambodscha ist eine ständige Gratwanderung. Es ist ein Balanceakt zwischen den Anforderungen meines globalen Klassenzimmers und den Bedürfnissen meiner Tochter Laura. Manchmal fühlt es sich an, als würde ich auf zwei Hochzeiten gleichzeitig tanzen, und doch würde ich es gegen nichts in der Welt eintauschen. Diese Erfahrung hat meine Definition von Erfolg grundlegend verändert.

Heute, auf der ganzen Welt, ist Erfolg oft gleichbedeutend mit Karriereleiter, materiellem Besitz und einem klar definierten Lebensweg. Aber hier, in Kampot, hat sich das verschoben. Erfolg bedeutet für mich heute, Laura glücklich und weltoffen aufwachsen zu sehen. Es bedeutet, eine Arbeit zu haben, die mich intellektuell fordert und menschlich erfüllt. Es bedeutet, die Freiheit zu haben, mein Leben nach meinen eigenen Regeln zu gestalten, auch wenn diese Regeln bedeuten, dass mein Arbeitstag um vier Uhr morgens beginnt und erst spät abends endet.

Die Herausforderungen sind real. Es gibt Tage, an denen die Internetverbindung streikt, die Stromversorgung ausfällt oder Laura krank ist und ich gleichzeitig eine wichtige Unterrichtsstunde halten muss. Es gibt Momente der Einsamkeit, weit weg von der Familie und den alten Freunden. Aber diese Herausforderungen haben mich auch widerstandsfähiger gemacht, kreativer in der Problemlösung und dankbarer für die kleinen Dinge – eine stabile Internetverbindung, ein Lächeln von Laura, ein entspannter Abend mit Karli auf der Veranda.

Mein Begriff von „Heimat“ hat sich ebenfalls gewandelt. Heimat ist nicht mehr nur ein geografischer Ort, sondern ein Gefühl. Es ist dort, wo Laura ist, wo Karli ist, wo mein Laptop steht und ich meine Schüler unterrichte. Es ist in den Geräuschen Kampots, den Gerüchen der Garküchen und dem Lachen meiner Tochter. Kambodscha ist nicht nur ein Land, in dem ich lebe; es ist ein Teil meiner Identität geworden, ein Ort, der mich gelehrt hat, das Leben in seiner ganzen Fülle anzunehmen, mit all seinen Höhen und Tiefen.

Wenn ich in die Zukunft blicke, sehe ich keine festen Pläne, sondern eher eine Fortsetzung dieser Reise, die mich immer weiter in mein Inneres führt. Ich möchte Laura weiterhin die bestmögliche Bildung und die Freiheit geben, ihren eigenen Weg zu finden. Ich möchte sehen, wie sie sich zu einer selbstbewussten, weltoffenen jungen Frau entwickelt, die ihre Wurzeln in Deutschland und ihre Flügel in Kambodscha hat. Ich möchte, dass sie die Vielfalt der Welt schätzt und ihre eigene Stimme findet. Die Nachfrage nach qualifiziertem Deutschunterricht ist ungebrochen, und ich sehe noch viel Potenzial, mehr Menschen auf ihrem Weg zu unterstützen. Aber ich möchte dabei immer die persönliche Note bewahren, die meine Arbeit so besonders macht. Es geht nicht um Masse, sondern um Qualität und die individuelle Begleitung meiner Schüler.

Und für mich selbst? Ich möchte weiterhin lernen, wachsen und die Balance zwischen Arbeit und Privatleben finden. Ich möchte die Schönheit Kambodschas weiter erkunden, neue Orte entdecken und die Kultur noch tiefer verstehen. Ich möchte die Zeit mit Laura und Karli genießen, die kleinen Momente festhalten, die das Leben so reich machen.

Dieses Leben in Kambodscha, mit all seinen Besonderheiten, ist das richtige für uns. Es ist ein Leben voller Herausforderungen, aber auch voller Freiheit, Abenteuer und tiefer menschlicher Verbindungen. Es hat meine Definition von Erfolg neu geformt und mir gezeigt, dass das Glück oft dort zu finden ist, wo man es am wenigsten erwartet – in einem kleinen Haus in Kampot, umgeben von einem globalen Klassenzimmer, einer wundervollen Tochter und einem treuen Hund. Es ist mein Leben, und ich bin dankbar dafür.

Hiermit endet die Geschichte unserer Reise. Es wird keine Fortsetzung geben, denn die Reise geht nicht weiter, sie ist angekommen. Ich möchte mich bei all meinen Schülern, Freunden und Lesern für ihr Interesse bedanken. Und vor allen Dingen bei Laura, die mich mit ihren Fragen und ihrer Liebe gelehrt hat, die Welt und mich selbst mit neuen Augen zu sehen.